



Liceo Boca de Arenal

Guía de trabajo autónomo No. 5

2020

11°

Undécimo Plan Nacional

Guía para el trabajo autónomo de nuestros estudiantes desde sus casas. Se deben completar todos los ejercicios dados, el mismo servirá como portafolio de los trabajos realizados.

Guía de trabajo autónomo # 5

CIENCIAS. Prof. Leonela María Quirós Rojas

1. Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Material impreso enviado por mi docente, el cuaderno que utilizo en el colegio en cada materia, borrador, regla, lápiz o lápices de color, revista o periódicos, cartulina o hojas blancas. Puedo usar una computadora portátil o teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Aproximadamente 40 minutos por semana.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea con detenimiento cada instrucción.
Actividad	Investigo: ¿Que es una tabla periódica? _____ _____ _____

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	Se les envía material proyectado para trabajar dos semanas: 1. Semana 1 2. Semana2 Al finalizar cada trabajo asignado si gusta puede enviar una fotografía a la docente, si tiene consultas acerca de los trabajos enviados la docente está a disposición de responder y aclarar dudas al WhatsApp 87714071.
---------------------	---

Actividad:
Semana 1:

Uno con líneas el con el símbolo según corresponda.

Sal

Butano

Amoniaco

Tiza

Azucar

Vinagre

Etanol

Acido Sulfúrico

Bicarbonato de sodio

Agua

C_4H_{10}

NH_3

$C_{12}H_{22}O_{11}$

$CaCO_3$

Na_2CO_3

CH_3COOH

CH_3CH_2OH

H_2SO_4

$NaHCO_3$

H_2O

Actividad:
Semana2:

Escribe el nombre correspondiente:

Símbolo	Nombre	Símbolo	Nombre
<i>H</i>		<i>Ca</i>	
<i>B</i>		<i>F</i>	
<i>C</i>		<i>I</i>	
<i>Mg</i>		<i>Zn</i>	
<i>Co</i>		<i>Ni</i>	

Escribe el símbolo de los elementos:

Símbolo	Nombre	Símbolo	Nombre
	Oxígeno		Cobre
	Plata		Aluminio
	Oro		Cromo
	Mercurio		Azufre
	Potasio		Fósforo

22.- Nombra los siguientes compuestos.

Na_2O
Fe_2O_3
FeH_2
FeH_3
ZnO
CaO
NiH_3
Al_2O_3
BaH_2
P_2O_5
NO_2
LiH
NaCl
Fe_2S_3
Na_2S
CaH_2
CaO
PbO_2
CuCl_2
K_3N

Evaluación GTA # 5:

Esta evaluación será llenada por el docente a cargo (Leonela Quirós), en el momento que el estudiante devuelva las guías completadas. Por favor no llenar.

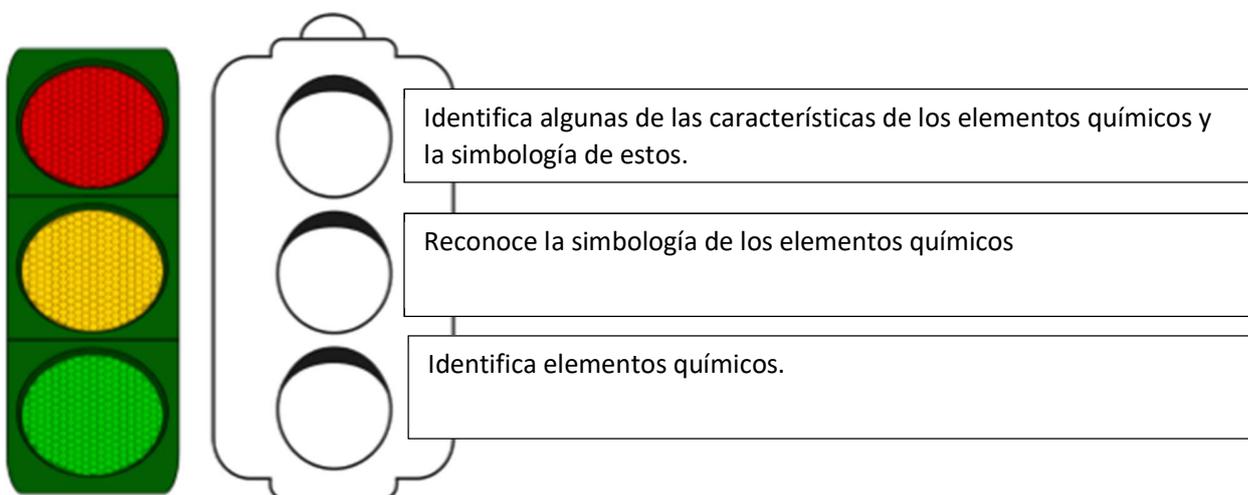
Indicaciones: la docente colorea según el aprendizaje del estudiante.

Rojo= Inicial **Amarillo=** Intermedio **Verde=** Avanzado

Se debe colorear **solamente un círculo**, según el aprendizaje del estudiante.

Tema: Elementos Químicos

Indicador: Describe las características de los elementos químicos y la simbología de estos.



Guía de trabajo autónomo

EDUCACION FISICA

Institución: Liceo Boca de Arenal

Profesor: Danny Aguilar Canales.

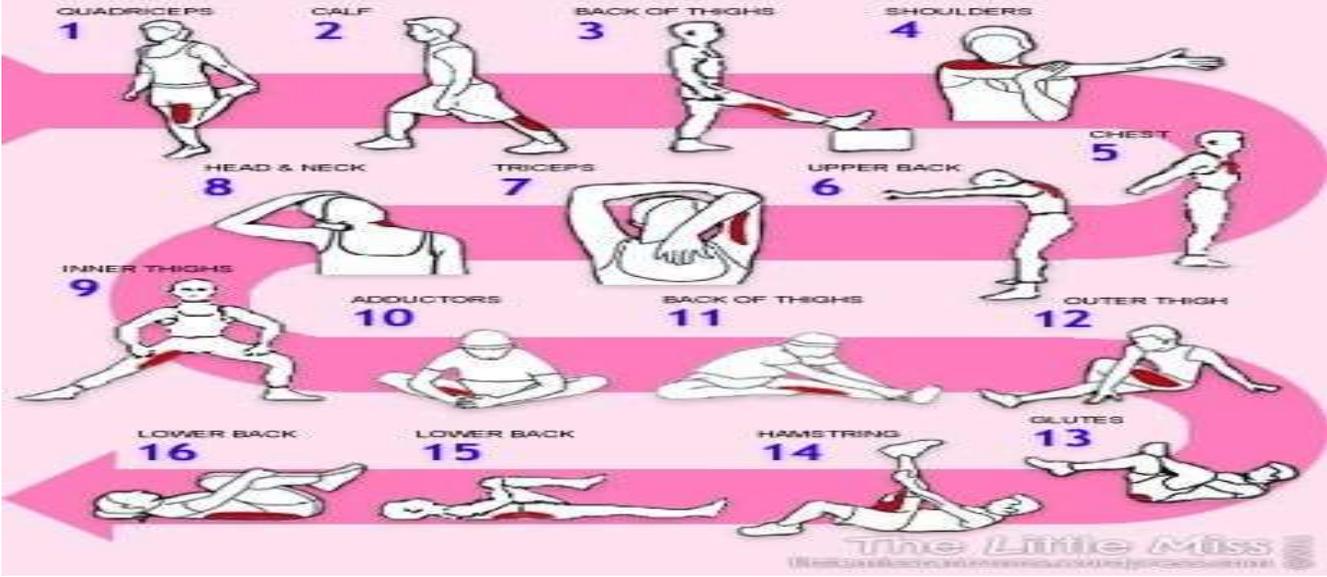
Nivel: 11°

-

Materiales o recursos que voy a necesitar	El educador/a sugiere: <ul style="list-style-type: none">- Celular, computadora.- Un paño o alfombra.- Una botella con agua.- Ropa Cómoda
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Espacio limpio y desinfectado (sala de la casa, corredor) de aproximadamente unos 2 metros cuadrados y preferiblemente ventilado
Tiempo en que se espera que realice la guía	30 minutos, dos veces a la semana

- Voy a recordar lo aprendido en clase.

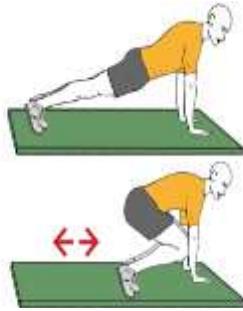
Indicaciones	El educador/a: Promoviendo salud: mi colegio y yo activos y saludables" Aprendizajes colectivos e individuales por lograr:
---------------------	--

	<p><u>Ejercicios piernas y glúteos</u></p> <p>Conocimiento sobre la importancia para la calidad de vida, de realizar actividad física, diversa y con postura y respiración adecuadas.</p> <p>Habilidad: Estilos de vida saludables.</p>
<p>Actividad</p> <p>Preguntas para reflexionar y responder</p> <p>¿reconoces la importancia de los ejercicios funcionales?</p> <p>¿Investigue beneficios de los ejercicios funcionales?</p> <p>¿nombre tres deportes que se pueden agregar los ejercicios funcionales?</p> <p>Ejemplo : boxeo</p>	<p>El educador/a: Actividades:</p> <p>El estudiantado debe realizar las diferentes sesiones de entrenamiento, estas las puede hacer solos o con el apoyo e involucrando a la familia. Por su parte al ser dos sesiones, cada estudiante puede tener dos días de descanso intercalados en la semana.</p> <p>-Deberán realizar los ejercicios de estiramiento, siguiendo la secuencia indicada donde en cada ejercicio contar en vos alta hasta 20 y continuar con el siguiente ejercicio sucesivamente.</p> 

- Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones				
<p data-bbox="443 383 653 415">Sentadillas (30)</p> 	<p data-bbox="785 383 1079 415">desplante cruzado(20)</p> 	<p data-bbox="1115 383 1276 415">bird dog(25)</p> 	<p data-bbox="1430 383 1646 415">aducción pierna</p> 	
<p data-bbox="443 821 562 854">Step (10)</p> 	<p data-bbox="785 821 1010 854">puente de glúteos</p> 	<p data-bbox="1241 821 1871 854">sacacorchos (1m) puente elevación pierna(1m)</p> 		

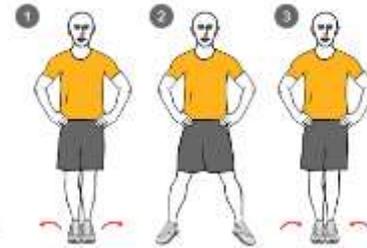
Plancha con salto (15)



pasos de osos (60)



medio jumping jack(2m)



escalador(45)



elevación de rodillas (2m)



burpees(30)



jumping jack(3m)



escalador twister(50)



Trotar en un lugar (3m)

boxeo sombra (2m)



2. SOMBRA DE BOXEO

Realizar movimientos de boxeo, lanzamos y recogemos los brazos, y nos balanceamos sobre las puntas de los pies.



Guía de trabajo autónomo

ESPAÑOL. Licda. Patricia García Chaves

1. Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar antes de iniciar mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Requiero los siguiente materiales para trabajar: Materiales como cuaderno, borrador, regla, lápiz o lápices de color, pliego papel periódico o cartulina, marcadores azules y rojo, goma entre otros. Puedo usar una computadora portátil oh teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Dos semanas: (Semana #1 y Sema #2) Para dudas y consultas al Número de teléfono 85-84-04-92, a este número únicamente consultas y dudas de los trabajos de 7:00 a.m. a 4:00 p.m. Favor no compartir a mi numero personal videos, mensajes que no se relacionen con la materia.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	A continuación te presentare el siguiente tema: “” <ul style="list-style-type: none"> ✓ Leo la siguiente información sobre el tema en estudio ✓ Realizo las actividades propuestas por la docente ✓ Respondo las preguntas propuestas ✓ Enviar evidencias del trabajo realizado vía WhatsApp, messeger, TEAMS o a mi correo, así como las dudas. patriangel22@gmail.com
Actividad Lectura del tema en estudio	Movimientos Literarios <u>El cuento</u>
Preguntas para reflexionar y responder	<p>EL CUENTO ES UN RELATO BREVE, DE UN SOLO TEMA, CON POCOS PERSONAJES, FICTICIO, NARRATIVO Y POCOS ACONTECIMIENTOS.</p> <p>Un narrador es quien presenta a los personajes, los puntos de vista, los conflictos y el desenlace. Básicamente, un cuento se caracteriza por su corta extensión.</p> <p>¿Has leído algún cuento? _____</p> <p>¿Cuáles cuentos has leído? ¿Menciona algunos?</p>
Respondo	_____

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones
Actividad #1
Semana #1

- Lectura del cuento “El corazón delator” AUTOR: Edgar Allan Poe
- Toma en cuenta la siguiente recomendación antes de iniciar la lectura del cuento.
 - ✓ Léelo completo las veces que sea necesario

ACTICVIDAD 1:

- Lectura del cuento
- Las y los estudiantes leen por completo y significativamente el cuento **CORAZÓN DELATOR** con base en esa lectura resuelven las actividades

Mientras lees el cuento imagina los hechos, lo que sucede.

Identifica personajes buenos y malos

Reconozca si mencionan lugares

Identifica con un lapicero de color azul o rojo si

mencionan en el cuento símbolos, como un corazón,

sangre, ojos



Actividad # 2
Semana # 2

Actividad 2 Trabajo en mi cuaderno

- Dibuja lo que entendiste sobre el relato leído, se muy creativo
- Justifique con un comentario la conducta del personaje principal, ¿por qué cometió el crimen?, ¿razones del por qué lo hizo?, ¿su situación frente a los problemas que enfrentaba el personaje principal?

CUENTO: “El corazón delator” AUTOR: Edgar Allan Poe

¡Es verdad! Soy nervioso, terriblemente nervioso. Siempre lo he sido y lo soy, pero, ¿podría decirse que estoy loco? La enfermedad había agudizado mis sentidos, no los había destruido ni apagado. Sobre todo, tenía el sentido del oído agudo. Oía todo sobre el cielo y la tierra. Oía muchas cosas del infierno. Entonces, ¿cómo voy a estar loco? Escuchen y observen con qué tranquilidad, con qué cordura puedo contarles toda la historia.

Me resulta imposible decir cómo surgió en mi cabeza esa idea por primera vez; pero, una vez concebida, me persiguió día y noche. No perseguía ningún fin. No había pasión. Yo quería mucho al viejo. Nunca me había hecho nada malo. Nunca me había insultado. No deseaba su oro. Creo que fue su ojo. ¡Sí, eso fue! Tenía un ojo semejante al de un buitre. Era un ojo de un color azul pálido, con una fina película delante. Cada vez que posaba ese ojo en mí, se me enfriaba la

sangre; y así, muy gradualmente, fui decidiendo quitarle la vida al viejo y quitarme así de encima ese ojo para siempre.

Pues bien, así fue. Usted creerá que estoy loco. Los locos no saben nada. Pero debería haberme visto. Debería usted haber visto con qué sabiduría procedí, con qué cuidado, con qué previsión, con qué disimulo me puse a trabajar. Nunca había sido tan amable con el viejo como la semana antes de matarlo. Y cada noche, cerca de medianoche, yo hacía girar el picaporte de su puerta y la abría, con mucho cuidado. Y después, cuando la había abierto lo suficiente para pasar la cabeza, levantaba una linterna cerrada, completamente cerrada, de modo que no se viera ninguna luz, y tras ella pasaba la cabeza. ¡Cómo se habría reído usted si hubiera visto con qué astucia pasaba la cabeza! La movía muy despacio, muy lentamente, para no molestar el sueño del viejo. Me llevaba una hora meter toda la cabeza por esa abertura hasta donde podía verlo dormir sobre su cama. ¡Ja! ¿Podría un loco actuar con tanta prudencia? Y luego, cuando mi cabeza estaba bien dentro de la habitación, abría la linterna con cautela, con mucho cuidado (porque las bisagras hacían ruido), hasta que un solo rayo de luz cayera sobre el ojo de buitre. Hice todo esto durante siete largas noches, cada noche cerca de las doce, pero siempre encontraba el ojo cerrado y era imposible hacer el trabajo, ya que no era el viejo quien me irritaba, sino su ojo. Y cada mañana, cuando amanecía, iba sin miedo a su habitación y le hablaba resueltamente, llamándole por su nombre con voz cordial y preguntándole cómo había pasado la noche. Por tanto verá usted que tendría que haber sido un viejo muy astuto para sospechar que cada noche, a las doce, yo iba a mirarlo mientras dormía.

La octava noche, fui más cuidadoso cuando abrí la puerta. El minutero de un reloj de pulsera se mueve más rápido de lo que se movía mi mano. Nunca antes había sentido el alcance de mi fuerza, de mi sagacidad. Casi no podía contener mis sentimientos de triunfo, al pensar que estaba abriendo la puerta poco a poco, y él ni soñaba con el secreto de mis acciones e ideas. Me reí entre dientes ante esa idea. Y tal vez me oyó porque se movió en la cama, de repente, como sobresaltado. Pensará usted que retrocedí, pero no fue así. Su habitación estaba tan negra como la noche más cerrada, ya que él cerraba las persianas por miedo a que entraran ladrones; entonces, sabía que no me vería abrir la puerta y seguí empujando suavemente, suavemente.

Ya había introducido la cabeza y estaba para abrir la linterna, cuando mi pulgar resbaló con el cierre metálico y el viejo se incorporó en la cama, gritando:

– ¿Quién anda ahí?

Me quedé quieto y no dije nada. Durante una hora entera, no moví ni un músculo y mientras tanto no oí que volviera a acostarse en la cama. Aún estaba sentado, escuchando, como había hecho yo mismo, noche tras noche, escuchando los relojes de la muerte en la pared.

Oí de pronto un quejido y supe que era el quejido del terror mortal, no era un quejido de dolor o tristeza. ¡No! Era el sonido ahogado que brota del fondo del alma cuando el espanto la sobrecoge. Yo conocía perfectamente ese sonido. Muchas veces, justo a medianoche, cuando todo el mundo dormía, surgió de mi pecho, profundizando con su temible eco, los terrores que me enloquecían. Digo que lo conocía bien. Sabía lo que el viejo sentía y sentí lástima por él, aunque me reía en el fondo de mi corazón. Sabía que él había estado despierto desde el primer débil sonido, cuando se había vuelto en la cama. Sus miedos habían crecido desde entonces. Había estado intentando imaginar que aquel ruido era inofensivo, pero no podía. Se había estado diciendo a sí mismo: "No es más que el viento en la chimenea, no es más que un ratón que camina sobre el suelo", o "No es más que un grillo que chirrió una sola vez". Sí, había tratado de convencerse

de estas suposiciones, pero era en vano. Todo en vano, ya que la muerte, al acercársele se había deslizado furtiva y envolvía a su víctima. Y era la fúnebre influencia de aquella imperceptible sombra la que le movía a sentir, aunque no veía ni oía, a sentir la presencia dentro de la habitación.

Cuando hube esperado mucho tiempo, muy pacientemente, sin oír que se acostara, decidí abrir un poco, muy poco, una ranura en la linterna. Entonces la abrí –no sabe usted con qué suavidad– hasta que, por fin, su solo rayo, como el hilo de una telaraña, brotó de la ranura y cayó de lleno sobre el ojo del buitre.

Estaba abierto, bien abierto y me enfurecí mientras lo miraba, lo veía con total claridad, de un azul apagado, con aquella terrible película que me helaba el alma. Pero no podía ver nada de la cara o del cuerpo, ya que había dirigido el rayo, como por instinto, exactamente al punto maldito.

¿No le he dicho que lo que usted cree locura es solo mayor agudeza de los sentidos? Luego llegó a mis oídos un suave, triste y rápido sonido como el que hace un reloj cuando está envuelto en algodón. Aquel sonido también me era familiar. Era el latido del corazón del viejo. Aumentó mi furia, como el redoblar de un tambor estimula al soldado en batalla.

Sin embargo, incluso en ese momento me contuve y seguí callado. Apenas respiraba. Mantuve la linterna inmóvil. Intenté mantener con toda firmeza la luz sobre el ojo. Mientras tanto, el infernal latido del corazón iba en aumento. Crecía cada vez más rápido y más fuerte a cada instante. El terror del viejo debe haber sido espantoso. Era cada vez más fuerte, más fuerte... ¿Me entiende? Le he dicho que soy nervioso y así es. Pues bien, en la hora muerta de la noche, entre el atroz silencio de la antigua casa, un ruido tan extraño me excitaba con un terror incontrolable. Sin embargo, por unos minutos más me contuve y me quedé quieto. Pero el latido era cada vez más fuerte, más fuerte. Creí que aquel corazón iba a explotar. Y se apoderó de mí una nueva ansiedad: ¡Los vecinos podrían escuchar el latido del corazón! ¡Al viejo le había llegado la hora! Con un fuerte grito, abrí la linterna y me precipité en la habitación. El viejo clamó una vez, sólo una vez. En un momento, lo tiré al suelo y arrojé la pesada cama sobre él. Después sonreí alegremente al ver que el hecho estaba consumado. Pero, durante muchos minutos, el corazón siguió latiendo con un sonido ahogado. Sin embargo, no me preocupaba, porque el latido no podría oírse a través de la pared. Finalmente, cesó. El viejo estaba muerto. Quité la cama y examiné el cuerpo. Sí, estaba duro, duro como una piedra. Pasé mi mano sobre el corazón y allí la dejé durante unos minutos. No había pulsaciones. Estaba muerto. Su ojo ya no me preocuparía más.

Si aún me cree usted loco, no pensará lo mismo cuando describa las sabias precauciones que tomé para esconder el cadáver. La noche avanzaba y trabajé con rapidez, pero en silencio. En primer lugar descuarticé el cadáver. Le corté la cabeza, los brazos y las piernas. Después levanté tres planchas del suelo de la habitación y deposité los restos en el hueco. Luego coloqué las tablas con tanta inteligencia y astucia que ningún ojo humano, ni siquiera el suyo, podría haber detectado nada extraño. No había nada que limpiar; no había manchas de ningún tipo, ni siquiera de sangre. Había sido demasiado precavido para eso. Todo estaba recogido. ¡Ja, ja!

Cuando terminé con estas tareas, eran las cuatro... Todavía oscuro como medianoche. Al sonar la campanada de la hora, golpearon la puerta de la calle. Bajé a abrir muy tranquilo, ya que no había nada que temer. Entraron tres hombres que se presentaron, muy cordialmente, como oficiales de la policía. Un vecino había oído un grito durante la noche, por lo cual había sospechas de algún atentado. Se había hecho una denuncia en la policía, y ellos, los oficiales, habían sido enviados a registrar el lugar. Sonreí, ya que no había nada que temer. Di la

bienvenida a los caballeros. Dije que el alarido había sido producido por mí durante un sueño. Dije que el viejo estaba fuera, en el campo. Llevé a los visitantes por toda la casa. Les dije que registraran bien. Por fin los llevé a su habitación, les enseñé sus tesoros, seguros e intactos. En el entusiasmo de mi confianza, llevé sillas al cuarto y les dije que descansaran allí mientras yo, con la salvaje audacia que me daba mi triunfo perfecto, colocaba mi silla sobre el mismo lugar donde reposaba el cadáver de la víctima.

Los oficiales se mostraron satisfechos. Mi forma de proceder los había convencido. Yo me sentía especialmente cómodo. Se sentaron y hablaron de cosas comunes mientras yo les contestaba muy animado. Pero, de repente, empecé a sentir que me ponía pálido y deseé que se fueran. Me dolía la cabeza y me pareció oír un sonido; pero se quedaron sentados y siguieron conversando. El ruido se hizo más claro, cada vez más claro. Hablé más como para olvidarme de esa sensación; pero cada vez se hacía más claro... hasta que por fin me di cuenta de que el ruido no estaba en mis oídos.

Sin duda, me había puesto muy pálido, pero hablé con más fluidez y en voz más alta. Sin embargo, el ruido aumentaba. ¿Qué hacer? Era un sonido bajo, sordo, rápido... como el sonido de un reloj de pulsera envuelto en algodón. Traté de recuperar el aliento... pero los oficiales no lo oyeron. Hablé más rápido, con más vehemencia, pero el ruido seguía aumentando. Me puse de pie y empecé a discutir sobre cosas insignificantes en voz muy alta y con violentos gestos; pero el sonido crecía continuamente. ¿Por qué no se iban? Caminé de un lado a otro con pasos fuerte, como furioso por las observaciones de aquellos hombres; pero el sonido seguía creciendo. ¡Oh, Dios! ¿Qué podía hacer yo? Me salía espuma de la rabia... maldije... juré balanceando la silla sobre la cual me había sentado, raspé con ella las tablas del suelo, pero el ruido aumentaba su tono cada vez más. Crecía y crecía y era cada vez más fuerte. Y sin embargo los hombres seguían conversando tranquilamente y sonreían. ¿Era posible que no oyeran? ¡Dios Todopoderoso! ¡No, no! ¡Claro que oían! ¡Y sospechaban! ¡Lo sabían! ¡Se estaban burlando de mi horror! Esto es lo que pasaba y así lo pienso ahora. Todo era preferible a esta agonía. Cualquier cosa era más soportable que este espanto. ¡Ya no aguantaba más esas hipócritas sonrisas! Sentía que debía gritar o morir. Y entonces, otra vez, escuchen... ¡más fuerte..., más fuerte..., más fuerte! – ¡No finjan más, malvados! –grité–. ¡Confieso que lo maté! ¡Levanten esas tablas!... ¡Aquí..., aquí! ¡Donde está latiendo su horrible corazón!FIN.....

Evaluación de lo aprendido/Aquí usted se autoevalúa a conciencia

<p>Reviso las acciones realizadas durante la lectura, resolución de ejercicios y la elaboración de la carta.</p> <p>Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas</p>		
¿Leí las indicaciones con detenimiento?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Indagué más información que me ayudara a comprender cómo leer y comprender un cuento?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Redacté las respuestas según las indicaciones?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Revisé respuestas para saber si son comprensibles?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Leí mis apuntes para mejorar los aspectos de comprensión?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<p>¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?</p>		

Para el docente

AUTOEVALUO MI NIVEL DE DESEMPEÑO ALCANZADO. Marco con una (X) dentro del paréntesis del nivel de desempeño que mejor represente en cada indicador

Indicadores del aprendizaje esperado	Nivel de desempeño		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
<i>1-Clasifica elementos del cuento, principalmente los acontecimientos, símbolos, así como situaciones de los personajes y su función en la obra.</i>	Identifica diversos elementos del cuento, principalmente los personajes y su función en la obra. ()	Caracteriza algunos elementos del cuento, principalmente los acontecimientos, así como situaciones de los personajes y su función en la obra. ()	Asocia los elementos del cuento principalmente los acontecimientos, símbolos, así como situaciones de los personajes y su función en la obra. ()
<i>2-Justifica con evidencias las relaciones encontradas entre los elementos seleccionados del cuento.</i>	Selecciona las evidencias de las relaciones encontradas entre los elementos seleccionados del cuento (hechos, personajes, símbolos), con base en el análisis e interpretación del cuento. ()	Muestra en forma oral o escrita las evidencias de las relaciones encontradas entre los elementos seleccionados del cuento, (hechos, personajes, símbolos), con base en análisis e interpretación del cuento. ()	Argumenta su posición sobre las relaciones encontradas entre los elementos seleccionados del cuento, análisis e interpretación del cuento. ()

Quinta Guía de trabajo autónomo PLAN NACIONAL

Centro Educativo: Liceo Boca de Arenal
Asignatura: Educación para el Hogar - Especialidad cocina.
Nivel: Undécimo
Docente: Lcda. Sara Ávila Paniagua

1. Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar antes de iniciar mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	<p>El educador/a sugiere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lápiz o bolígrafo, borrador, material impreso enviado por la docente. • Lectura del material aportado en la guía por semanas. • Compañía de un familiar para que me ayude a dar lectura al texto. • Puede hacer uso del internet para indagar sobre el tema a desarrollar.
Condiciones del lugar donde voy a trabajar.	<ul style="list-style-type: none"> • Mesa de trabajo y silla para sentarse. • Ambiente sin ruido y sin distractores, con buena ventilación, iluminación, donde se sienta cómodo para desarrollar los diferentes trabajos.
Tiempo en que se espera que realice la guía	<ul style="list-style-type: none"> • Aproximadamente 80 minutos. • Guardo los trabajos realizados en su folder para entregarlos a la docente el día que se le solicite o enviar evidencia por WhatsApp.

1. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	<p>Leo detenidamente cada una de las actividades que se plantean a continuación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El tema a desarrollar en estas dos semanas se refiere a: Las vitaminas, tipos y funciones. • Se agrega un texto y prácticas para reforzar el tema. • Realizo las actividades propuestas por el docente. • Solicitar ayuda de un adulto o familiar para que lo ayude en las actividades o consultar a la docente. • Anoto en el portafolio de evidencias las dudas para ser evacuadas durante la semana o comunicarle a la docente por WhatsApp, o por la plataforma Teams los lunes a de 10:00 am a 10:40 am.
<p>Actividad Lectura del tema en estudio. Observo con atención el video.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Es importante conocer la importancia de las vitaminas que contienen los alimentos para el buen funcionamiento de nuestro cuerpo. • Si cuento con internet observo el siguiente video: Tema: Todo sobre: Las vitaminas / tipos y funciones. • https://www.youtube.com/watch?v=T5ouoNkyw1s

2. Pongo en práctica lo aprendido.

Indicaciones

Semana # 1



TEMA: TIPOS DE VITAMINAS

¿Qué son las Vitaminas?

Las vitaminas son sustancias presentes en los alimentos en pequeñas cantidades que son indispensables para el correcto funcionamiento del organismo.

Funciones de las vitaminas

- Participar en la formación del sistema nervioso.
- Participar en la formación hormonas, glóbulos rojos y material genético.
- Regulan los sistemas metabólicos.
- Son necesarias para el crecimiento y la salud.
-

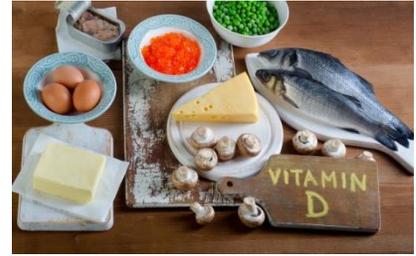
EN QUE ALIMENTO LAS ENCUENTRO	CUÁL ES SU FUNCIÓN
	<p>VITAMINA A</p> <p>Ayuda a la formación y mantenimiento de dientes, tejidos óseos y blandos, cabello, membranas mucosas y piel. También interviene en la conservación de la visión nocturna.</p> <p>¿DONDE SE ENCUENTRAN?</p> <p>En la leche, queso, yema de huevo, hígado, verduras y frutas de color verde y amarillo.</p>
<p>VITAMINA B</p> <p>Es importante para el funcionamiento de los nervios, músculos y corazón. Se encuentra en muchos alimentos como el queso, verduras de hojas verdes, levadura de cerveza, germen de trigo y cereales integrales.</p> <p>¿DONDE SE ENCUENTRAN?</p> <p>Las carnes, el hígado, las verduras de hojas verdes, los frijoles, el huevo, y los cereales ntegrales.</p>	
	<p>VITAMINA C</p> <p>Conserva las encías, huesos, dientes y vasos sanguíneos en buen estado. Mejora la absorción del hierro contribuye a reforzar el sistema inmunitario. Podemos encontrarla en frutas y verduras, especialmente en los cítricos.</p> <p>¿DONDE SE ENCUENTRAN?</p> <p>En las naranjas, limón, guayaba, tomate, vegetales verdes.</p>

BITAMINA D

Ayuda en el crecimiento correcto de huesos y absorbe el calcio de los alimentos y controla el nivel de calcio en la sangre. La mayor fuente de **vitamina D** es la luz solar y se absorbe gracias a un proceso químico que tiene lugar en nuestra piel.

¿DONDE SE ENCUENTRA?

Aceite de hígado de pescado, yema de huevo, mantequilla.



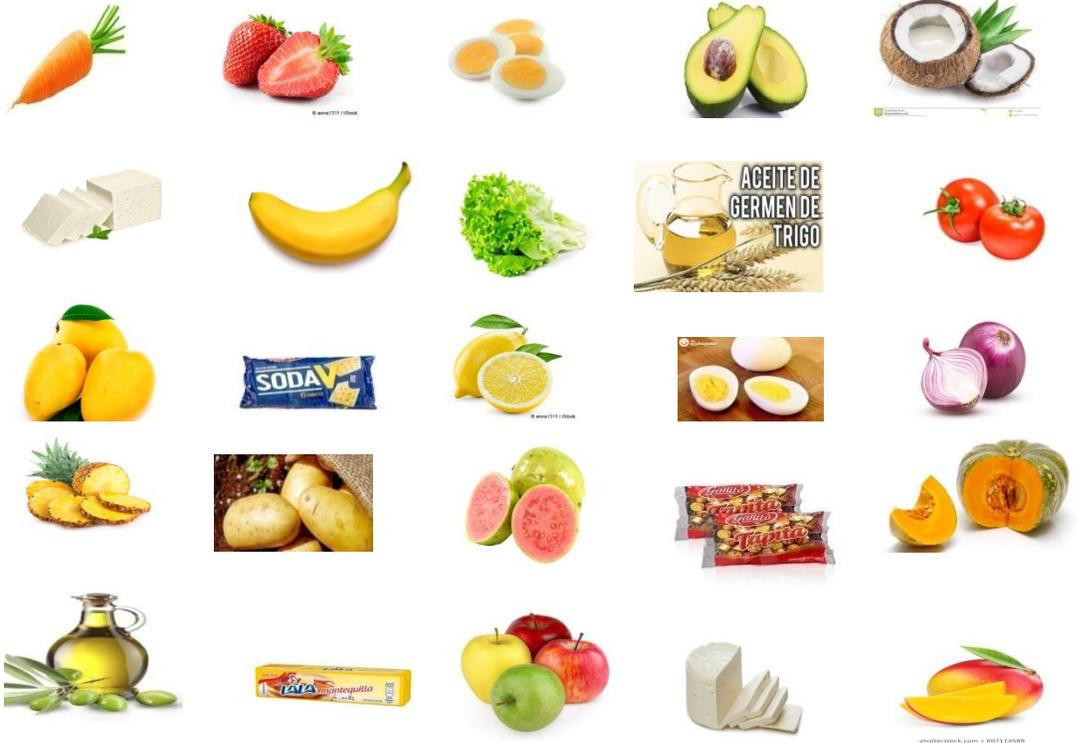
Ayuda a la formación de glóbulos rojos, protege los tejidos celulares de los pulmones y otros órganos, retrasa el envejecimiento celular.

¿DONDE SE ENCUENTRAN?

En el maíz, coco, germen de trigo, aceite de trigo, mayonesa y la margarina.

ACTIVIDAD DE EVALUACIÓN:

A continuación encontraras imágenes de diferentes tipos de alimentos, debes de tachar con una (X) todas aquellas que pertenecen a las **VITAMINAS (A, C, D,E)**.



Indicaciones

.Semana # 2



ACTIVIDAD PARA EVALUACIÓN:

Elabore con la ayuda de un adulto o familia un tipo de receta de su preferencia, utilizando alimentos que contengan algunas de las vitaminas vistas anteriormente. A continuación se le presenta una tabla donde puedes anotar los ingredientes a utilizar y su preparación.

- Enviar fotos o video elaborando la receta.



Receta



Tiempo _____



Dificultad _____



Ingredientes

-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____



Preparación

Autorregulación y evaluación de trabajo autónomo

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender

Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo. Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas

¿Leí las indicaciones con detenimiento?



¿Repasé el material analizado en clase?



¿Busqué en el internet o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?



¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?



Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender

Valoro lo realizado al terminar por completo el trabajo. Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas

¿Utilicé toda mi creatividad para realizar mi trabajo?



¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?

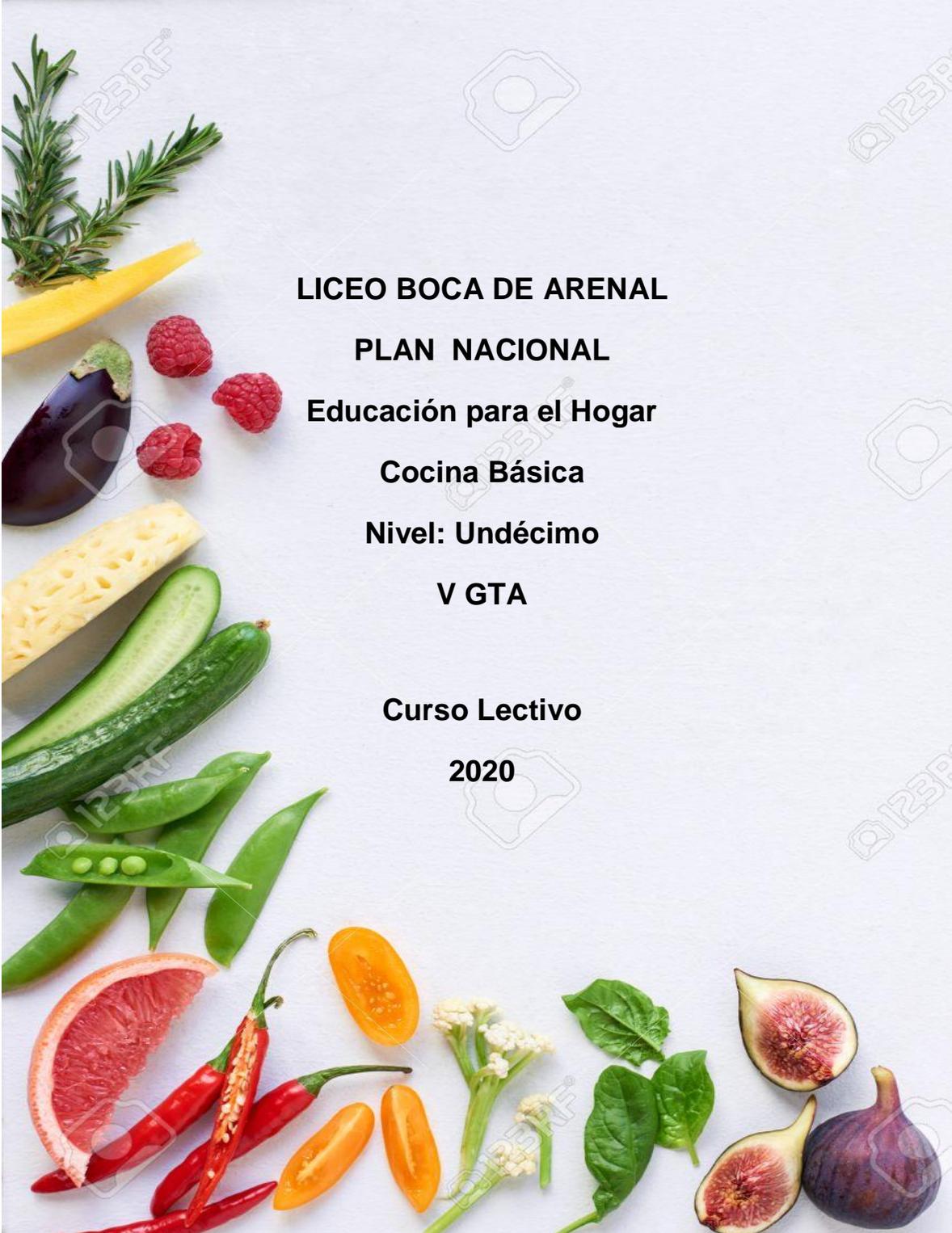


¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?



Explico ¿Cuál fue la parte favorito del trabajo?

¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?



LICEO BOCA DE ARENAL

PLAN NACIONAL

Educación para el Hogar

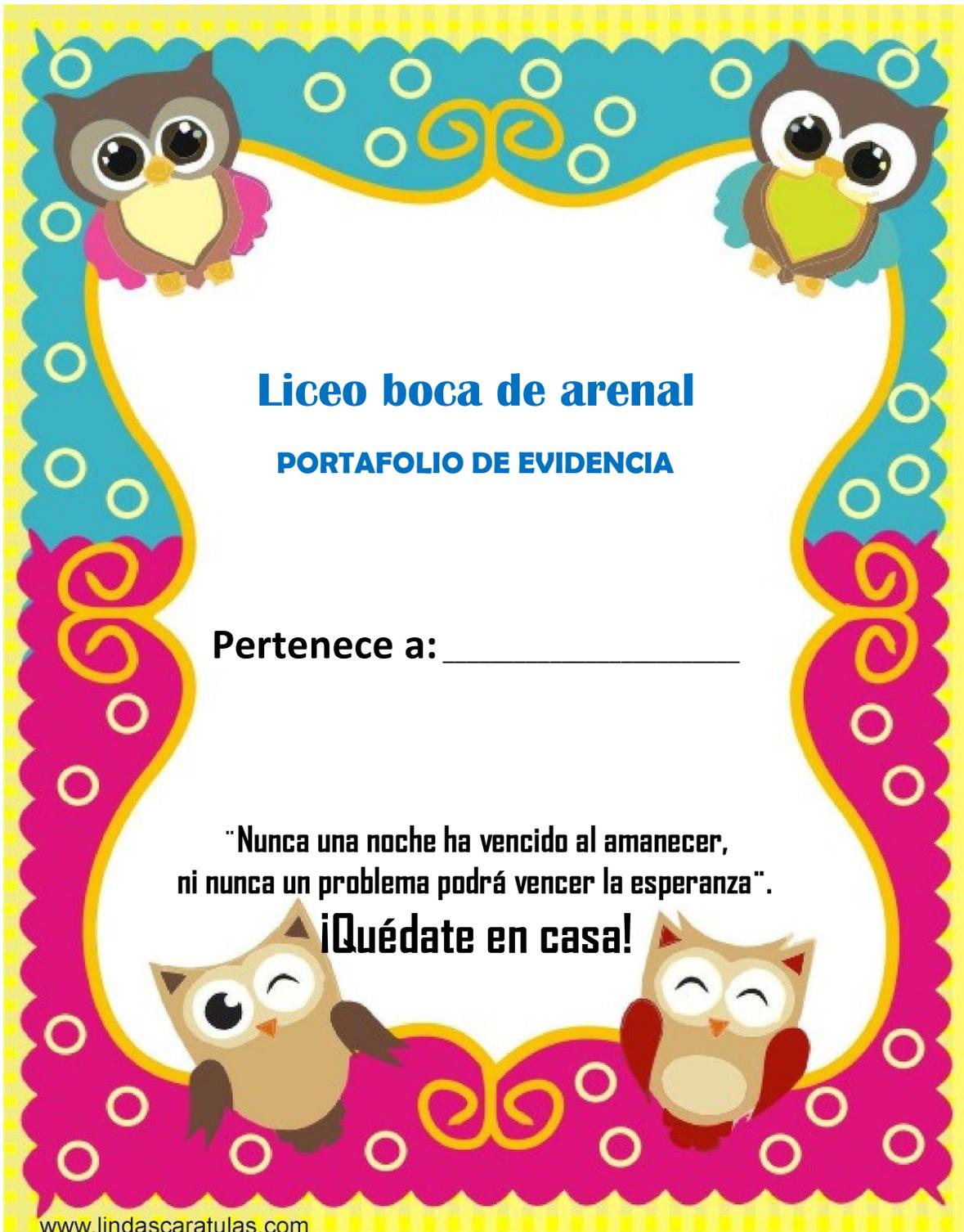
Cocina Básica

Nivel: Undécimo

V GTA

Curso Lectivo

2020



Liceo boca de arenal

PORTAFOLIO DE EVIDENCIA

Pertenece a: _____

“Nunca una noche ha vencido al amanecer,
ni nunca un problema podrá vencer la esperanza”.

¡Quédate en casa!

¿Qué es un portafolio de evidencias?

Según indicaciones del MEP en su documento Orientaciones sobre el proceso educativo a distancia, la persona estudiante debe registrar la participación y el avance por medio de la elaboración de un portafolio de evidencias “donde consten aprendizajes adquiridos de las asignaturas que la persona estudiante considere registrar, así como su vivencia y sentimientos en torno a su familia, sus docentes, compañeros y compañeras, cambios y experiencias más significativas, en el marco de la pandemia COVID -19”.

El portafolio puede ser en físico o en digital y puede incluir dibujos, cartas, recortes, memes, canciones, redacciones, entre otros.

¿Qué debe registrar el estudiante en el portafolio de evidencias?

La persona estudiante registrará, al menos una vez

la semana, lo siguiente:

1. Un aprendizaje o habilidad adquirida en la o las asignaturas que él o ella elija, a partir de lo realizado en las Guías de trabajo autónomo.
2. Una vivencia familiar importante.
3. Un sentimiento respecto de lo que vive el país, su familia o la persona estudiante misma, en el marco de la pandemia COVID – 19.
4. Un aprendizaje en el marco de la pandemia COVID – 19.
5. Un aporte que está realizando para mejorar la situación de sí mismo (a) y su familia, para prevenir la pandemia COVID.



Semana del 23 de julio
13 de agosto

Vivencia familiar importante.

Sentimiento propio o sobre el país o la familia.

Aprendizaje con respecto a la pandemia COVID-19.

Aporte para mejorar la situación conmigo mismo o en mi familia respecto a la pandemia COVID-19

Aprendizaje o habilidad adquirida en la asignatura de Educación para el Hogar con énfasis En cocina.

Guía de trabajo autónomo

ESTUDIOS SOCIALES. Licda. Patricia García Chaves

1. Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	<p>Requiero los siguiente materiales para trabajar:</p> <p>Materiales como cuaderno, borrador, regla, lápiz o lápices de color, pliego papel periódico o cartulina, marcadores azules y rojo, goma entre otros.</p> <p>Puedo usar una computadora portátil oh teléfono celular si tengo acceso al recurso.</p>
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	<p>Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.</p>
Tiempo en que se espera que realice la guía	<p>Dos semanas: (Semana #1 y Sema #2)</p> <p>Para dudas y consultas al Número de teléfono 85-84-04-92, a este número únicamente consultas y dudas de los trabajos de 7:00 a.m. a 4:00 p.m.</p> <p>Favor no compartir a mi numero personal videos, mensajes que no se relacionen con la materia.</p>

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	<p>A continuación te presentare el siguiente tema: “”</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Leo la siguiente información sobre el tema en estudio ✓ Realizo las actividades propuestas por la docente ✓ Observo las imágenes y video con atención ✓ Respondo las preguntas propuestas
<p>Actividad Lectura del tema en estudio</p> <p>Preguntas para reflexionar y responder</p>	<p>“Relación entre efecto invernadero natural y efecto invernadero acentuado con el cambio climático”</p> <p>El efecto invernadero natural crea condiciones cálidas en la superficie de la Tierra que permiten el desarrollo de la vida. De no existir este proceso, la superficie terrestre estaría con una temperatura debajo del grado de congelación.</p> <p>Algunos de los gases que producen el efecto invernadero, son: Dióxido de carbono (CO₂): es el principal gas aportado por el ser humano a la atmosfera. Metano (CH₄): aproximadamente, el 40% de este gas proviene de la atmosfera y el 60% es de origen antropógeno (efectos, procesos o materiales que son el resultado de actividades humanas) Óxido nitroso (N₂O): se estima que el 40% de las emisiones son de origen humano.</p>
<p>Observo la imagen</p> <p>Respondo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Observa la imagen</u> • <u>¿Cuáles acciones humanas observas en la imagen que provocan el efecto invernadero?</u>

El efecto invernadero.



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones
Actividad #1
Semana #1

- Te invito a observar el siguiente video relacionado con el tema en estudio. **"El efecto invernadero y el calentamiento global."** El video será enviado al grupo Guías 11-4

- Presta atención



- Una vez observado el video respondo a las siguientes preguntas.

- 1. ¿Menciona las actividades humanas que generan gases?

- 2. ¿Menciona tres consecuencias del cambio climático?

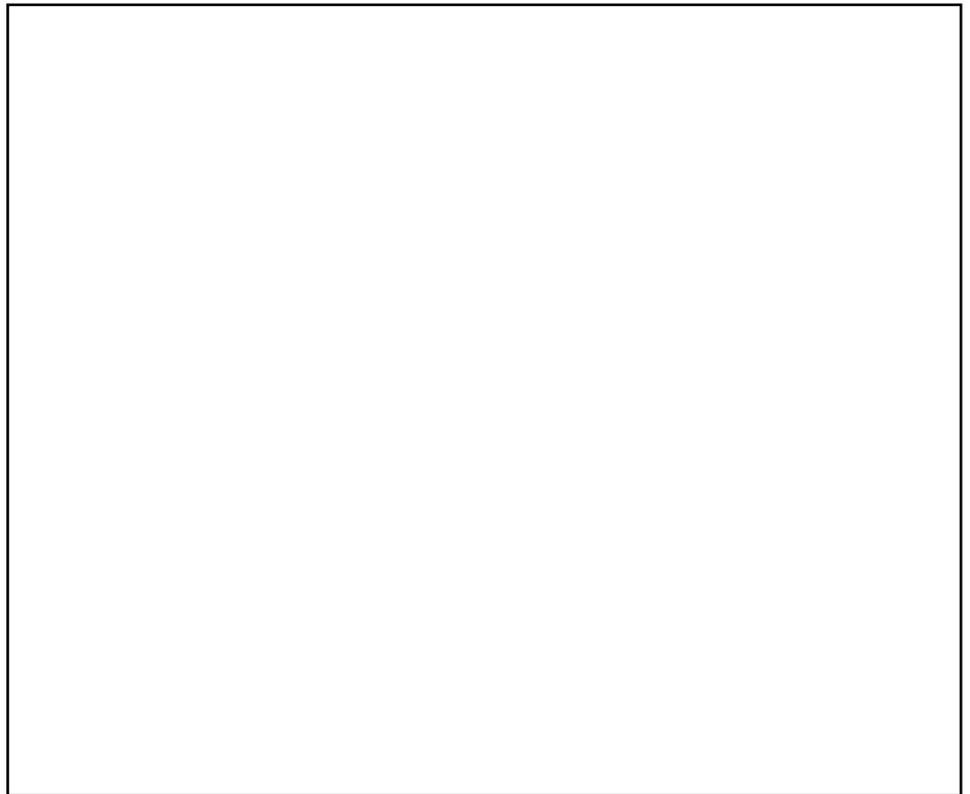
- 3. ¿Menciona tres recomendaciones para la **mitigación** del cambio climático?

Actividad # 2

Semana # 2

-
-
- 4. ¿Menciona tres recomendaciones para la **adaptación** del cambio climático?
-
-
-

- **Ilustro dos fuentes de energías limpias que se mencionan en el video observado**



- **Te invito a buscar en la sopa de letras recomendaciones que nos invitan a trabajar juntos por la mitigación del calentamiento global**
- **Las palabras que debes encontrar se encuentran al lado derecho de la imagen**



CALENTAMIENTO GLOBAL

<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Z</td><td>R</td><td>X</td><td>J</td><td>D</td><td>L</td><td>X</td><td>V</td><td>J</td><td>P</td><td>C</td><td>G</td><td>R</td><td>W</td><td>J</td></tr> <tr><td>N</td><td>A</td><td>O</td><td>D</td><td>Y</td><td>I</td><td>F</td><td>O</td><td>D</td><td>T</td><td>V</td><td>A</td><td>H</td><td>N</td><td>A</td></tr> <tr><td>M</td><td>N</td><td>X</td><td>T</td><td>L</td><td>R</td><td>S</td><td>F</td><td>Y</td><td>Z</td><td>T</td><td>B</td><td>Z</td><td>T</td><td>R</td></tr> <tr><td>E</td><td>I</td><td>F</td><td>Q</td><td>F</td><td>E</td><td>A</td><td>E</td><td>I</td><td>N</td><td>I</td><td>Q</td><td>E</td><td>O</td><td>B</td></tr> <tr><td>K</td><td>M</td><td>O</td><td>W</td><td>Q</td><td>U</td><td>L</td><td>L</td><td>A</td><td>U</td><td>O</td><td>L</td><td>I</td><td>C</td><td>O</td></tr> <tr><td>P</td><td>A</td><td>H</td><td>T</td><td>S</td><td>P</td><td>F</td><td>L</td><td>C</td><td>R</td><td>C</td><td>S</td><td>F</td><td>E</td><td>L</td></tr> <tr><td>I</td><td>C</td><td>E</td><td>R</td><td>C</td><td>J</td><td>P</td><td>H</td><td>O</td><td>I</td><td>G</td><td>M</td><td>R</td><td>A</td><td>E</td></tr> <tr><td>R</td><td>P</td><td>X</td><td>Z</td><td>U</td><td>E</td><td>S</td><td>X</td><td>C</td><td>J</td><td>C</td><td>I</td><td>Ñ</td><td>D</td><td>S</td></tr> <tr><td>H</td><td>B</td><td>N</td><td>C</td><td>P</td><td>W</td><td>F</td><td>I</td><td>S</td><td>R</td><td>X</td><td>E</td><td>V</td><td>C</td><td>C</td></tr> <tr><td>R</td><td>S</td><td>H</td><td>P</td><td>A</td><td>G</td><td>B</td><td>E</td><td>M</td><td>F</td><td>P</td><td>D</td><td>R</td><td>T</td><td>L</td></tr> <tr><td>E</td><td>Y</td><td>I</td><td>N</td><td>V</td><td>E</td><td>R</td><td>N</td><td>A</td><td>D</td><td>E</td><td>R</td><td>O</td><td>E</td><td>L</td></tr> <tr><td>I</td><td>P</td><td>L</td><td>A</td><td>B</td><td>O</td><td>L</td><td>G</td><td>S</td><td>A</td><td>R</td><td>U</td><td>S</td><td>A</td><td>B</td></tr> </table>	Z	R	X	J	D	L	X	V	J	P	C	G	R	W	J	N	A	O	D	Y	I	F	O	D	T	V	A	H	N	A	M	N	X	T	L	R	S	F	Y	Z	T	B	Z	T	R	E	I	F	Q	F	E	A	E	I	N	I	Q	E	O	B	K	M	O	W	Q	U	L	L	A	U	O	L	I	C	O	P	A	H	T	S	P	F	L	C	R	C	S	F	E	L	I	C	E	R	C	J	P	H	O	I	G	M	R	A	E	R	P	X	Z	U	E	S	X	C	J	C	I	Ñ	D	S	H	B	N	C	P	W	F	I	S	R	X	E	V	C	C	R	S	H	P	A	G	B	E	M	F	P	D	R	T	L	E	Y	I	N	V	E	R	N	A	D	E	R	O	E	L	I	P	L	A	B	O	L	G	S	A	R	U	S	A	B	<p>ARBOLES</p> <p>BASURAS</p> <p>BICICLETA</p> <p>CAMINAR</p> <p>EFFECTO</p> <p>GLOBAL</p> <p>INVERNADERO</p> <p>PLANTAR</p> <p>RECICLAR</p>
Z	R	X	J	D	L	X	V	J	P	C	G	R	W	J																																																																																																																																																																							
N	A	O	D	Y	I	F	O	D	T	V	A	H	N	A																																																																																																																																																																							
M	N	X	T	L	R	S	F	Y	Z	T	B	Z	T	R																																																																																																																																																																							
E	I	F	Q	F	E	A	E	I	N	I	Q	E	O	B																																																																																																																																																																							
K	M	O	W	Q	U	L	L	A	U	O	L	I	C	O																																																																																																																																																																							
P	A	H	T	S	P	F	L	C	R	C	S	F	E	L																																																																																																																																																																							
I	C	E	R	C	J	P	H	O	I	G	M	R	A	E																																																																																																																																																																							
R	P	X	Z	U	E	S	X	C	J	C	I	Ñ	D	S																																																																																																																																																																							
H	B	N	C	P	W	F	I	S	R	X	E	V	C	C																																																																																																																																																																							
R	S	H	P	A	G	B	E	M	F	P	D	R	T	L																																																																																																																																																																							
E	Y	I	N	V	E	R	N	A	D	E	R	O	E	L																																																																																																																																																																							
I	P	L	A	B	O	L	G	S	A	R	U	S	A	B																																																																																																																																																																							

Para el docente

AUTOEVALUO MI NIVEL DE DESEMPEÑO ALCANZADO. Marco con una (X) dentro del paréntesis del nivel de desempeño que mejor represente en cada indicador

Indicadores del aprendizaje esperado	Nivel de desempeño		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
Describe las razones que propician un efecto invernadero acentuado en la sociedad contemporánea.	Menciona información que muestra las razones que propician un efecto invernadero acentuado en la sociedad contemporánea. ()	Resalta información respecto a las razones que propician un efecto invernadero acentuado en la sociedad contemporánea. ()	Puntualiza datos significativos respecto a de las razones que propician un efecto invernadero acentuado en la sociedad contemporánea. ()

I PARTE: ADMINISTRATIVA

Institución educativa	Liceo Boca de Arenal
Nombre del docente	Adriana Campos Campos
Tecnología	Tecnología de Turismo
Unidad de estudio:	Cocina Básica
Nivel	10° Plan Nacional
Horario de atención a distancia:	Según horario de la sección estipulado por dirección
Canal de comunicación	Plataforma TEAMS, whatsapp
Periodo establecido para el desarrollo de la guía	Semana del 13 de julio al 07 de agosto

II PARTE: PLANIFICACIÓN PEDAGÓGICA

Tema:	Normas de higiene y manipulación de alimentos
Objetivo específico:	<ul style="list-style-type: none">+ Describo la importancia de la higiene personal y uso del uniforme.+ Demuestro las técnicas de lavado de manos como norma para trabajar en el laboratorio de alimentos así como la limpieza de equipo.
Contenidos:	<u>Higiene personal</u> <u>Técnicas:</u> <u>Accidentes laborales:</u> <u>Elementos del menú:</u>
Valores o actitudes:	Buen manejo de situaciones problemáticas
Materiales o recursos didácticos necesarios para realizar la guía autónoma:	Cuaderno u hojas bond, lápiz, lápices de color, goma, tijeras, hojas de colores, computadora o dispositivo móvil con acceso a internet si es posible, ingredientes para el desarrollo de recetas, delantal, gorro.
Condiciones que debe tener el lugar donde se van a implementar las actividades propuestas	Se requiere un lugar limpio y ordenado, en el cual se apliquen los protocolos de limpieza constante, así como que también cuente con una excelente ventilación e iluminación.
Preguntas exploratorias para responder y reflexionar en torno al tema planteado y el valor o actitud:	<u>Reflexiono:</u> <ul style="list-style-type: none">+ ¿Sabe usted que es la higiene personal? Mencione tres ejemplos.+ ¿Conoce usted sobre la técnica correcta de lavado de manos?+ ¿Sabes que son accidentes laborales? Mencione al menos dos accidentes que pueden ocurrir en el área de cocina.

Planificación de las actividades que realiza el estudiante

SEMANA DEL 13 al 18 DE JULIO

Actividades para el aprendizaje

1. Realizar lectura del ANEXO # 1 y las actividades correspondientes.

Evidencias

Identifico el concepto de HIGIENE PERSONAL mediante el subrayado del concepto presente en la lectura.
 Identifico hábitos de aseo personal y su importancia mediante el subrayado en la lectura brindada.
 Ilustra hábitos de higiene personal que realiza diariamente.



Dibuja o pega cuatro hábitos de aseo personal en tu cuaderno

SEMANA DEL 20 AL 24 DE JULIO

2. De forma individual o con ayuda de mis familiares respondo las siguientes preguntas:

¿Por qué es importante la higiene personal en el área de cocina?
 ¿Por qué es importante el uso del uniforme en el área de cocina?

3. Realizar la actividad que se presenta en el ANEXO # 2

Reconozco la importancia de la higiene personal y el uso del uniforme en el área de cocina.

Identifico acciones necesarias para cumplir con el la higiene y uso de uniforme en el área de cocina.

SEMANA DEL 27 AL 31 DE JULIO

4. Realizar una investigación acerca de la técnica de lavados de manos como norma para trabajar en el laboratorio de alimentos. Escribo o ilustro los pasos de dicha técnica en el cuaderno.

Describo o ilustro la técnica de lavado de manos como norma para trabajar en un laboratorio de cocina.

SEMANA DEL 04 AL 07 DE AGOSTO

5. Con ayuda de un familiar leer el documento llamado: limpieza de equipo de cocina, Una vez que lo han leído escribir o ilustrar en el cuaderno cómo realiza usted o su familia LIMPIEZA DE EQUIPO en la cocina.

Describo o ilustro técnicas de limpieza de equipo de cocina en el hogar.

III PARTE: Instrumento para el registro del proceso de autoaprendizaje y autoevaluación de los criterios de evaluación

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender	
Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo. Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas	
¿Leí las indicaciones con detenimiento?	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Apliqué hábitos de higiene y seguridad durante el desarrollo del trabajo	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Mostré una actitud positiva hacia el trabajo.	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Utilicé los materiales o recursos didácticos.	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado.	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Considero satisfactorio el trabajo que realicé.	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Al terminar por completo el trabajo "Autoevalúo mi nivel de desempeño"

Marco con una "X" encima del nivel que mejor represente mi desempeño en cada indicador

Indicadores del aprendizaje esperado	Niveles de desempeño		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
 Describo la importancia de la higiene personal y uso del uniforme.	Menciono aspectos generales de la higiene personal y uso del uniforme ()	Resalto detalles sobre aspectos generales de la higiene personal y uso del uniforme ()	Describo detalles importantes sobre aspectos generales de la higiene personal y uso del uniforme ()
 Demuestro las técnicas de lavado de manos como norma para trabajar en el laboratorio de alimentos así como la limpieza de equipo.	Menciono aspectos generales de las técnicas de lavado de manos ()	Resalto detalles sobre aspectos generales de las técnicas de lavado de manos y ()	Demuestro aspectos generales de las técnicas de lavado de ()



	y limpieza de equipo	limpieza de equipo	manos y limpieza de equipo
	()	()	()

La higiene es un conjunto de normas, que se refieren al cuidado y limpieza de nuestro cuerpo, las cuales nos permiten mantener una salud adecuada y tener una mejor calidad de vida. Asearnos es una costumbre que todos debemos tener desde que somos niños.

La higiene personal es más que lavarse las manos, el cuerpo y los dientes; también implica usar ropa limpia, cubrirnos la boca cuando tosemos y tener las uñas limpias y cortas. Esto es esencial tanto para proteger nuestra salud como la de quienes nos rodean.

¿Por qué es tan importante cumplir con los hábitos de higiene?

Principalmente, para prevenir infecciones y enfermedades; pero además por nuestra apariencia personal. Tener una apariencia limpia es clave para ser aceptados en nuestros roles sociales.

¿Te imaginas la impresión que generarías en los demás si no te bañas, si no te lavas el cabello o no te limpias los dientes? ¡Sería terrible! Esto es considerado por todos indeseable y podría afectar nuestras relaciones. Si quieres evitar enfermedades y vivir saludablemente desde todo punto de vista, estos son los hábitos que debes cumplir sí o sí.

Recuerda siempre la importancia de la higiene personal.

Hábitos de aseo personal: La higiene es una tarea diaria y no solo para hacerlo de vez en cuando. Es decir, no podemos pasar por alto asearnos de pies a cabeza. La higiene forma parte de la educación básica de la persona y los buenos hábitos se aprenden desde pequeños. ¡Recuerda siempre la importancia de la higiene personal!

- Ducharnos diariamente con agua y jabón.
- La cara y las manos deben estar siempre limpias, las lavaremos las veces que sean necesarias.
- El pelo debe estar limpio y bien peinado.
- Las uñas deben estar limpias y cortas.
- Debemos lavarnos los dientes al levantarnos y después de cada comida, para mantener los dientes limpios y buen aliento.
- Debemos mantener la ropa y los zapatos limpios y arreglados.
- Debemos tener cuidado especial de los oídos, ojos y la nariz.

ANEXO 2

Instrucciones: En la **columna A** aparecen imágenes de acciones necesarias para mantener la higiene personal y uso de uniforme en la cocina. En la **columna B** aparecen imágenes alusivas a cada acción, colocar dentro del paréntesis el número según corresponda.

<p>1. Usar uñas cortas y sin maquillaje</p>	<p>()</p> 
<p>2. Utilizar el cabello recogido o gorro</p>	<p>()</p> 
<p>3. No usar cabello largo o barba.</p>	<p>()</p> 
<p>4. Cumplir con hábitos de higiene personal.</p>	<p>()</p> 
<p>5. Portar el uniforme correcto en el área de cocina.</p>	<p>()</p> 
<p>6. No utilizar joyería</p>	<p>()</p> 

7. No usar maquillaje.

()



Limpieza de equipo de cocina

Si tienes un restaurante, panadería, cafetería o algún otro tipo de negocio que cuenta con una cocina, el **mantenimiento de tu equipo es fundamental**. No sólo para mantener la vida útil de éste, sino para **eleva la eficiencia y seguridad de tu empresa**.

Cada equipo de cocina cuenta con especificaciones de mantenimiento, pero también existen parámetros generales para la mayoría de las maquinarias.

Recomendaciones generales

Cuando se trata de tus hornos, amasadoras, batidoras, estufas o cualquier tipo de **equipo de cocina**, hay medidas generales para el **cuidado en la preparación de los alimentos**. A continuación te decimos cinco **recomendaciones básicas para un óptimo mantenimiento** de tu maquinaria.

- Revisar los manuales de operación de los equipos.
- No utilizar materiales abrasivos, ni instrumentos metálicos para remover los residuos adheridos a las superficies.
- No aplicar agua sobre los tableros electrónicos de los comandos.
- Retirar totalmente los agentes de limpieza durante el enjuague para evitar manchas en las superficies de los equipos y posteriores contaminaciones de los productos preparados en ellos.
- En los equipos que poseen vidrio en su estructura, evitar aplicar agua cuando el equipo está caliente.



Etapas de los procesos de limpieza

De manera general, la limpieza de **la gran mayoría de los equipos de cocina contempla seis pasos.**

1. Retirada de residuos gruesos, que consiste en remover partículas gruesas de forma manual.
2. Aplicación de agentes químicos (detergentes, desengrasantes), realizado de modo manual o mecánico.
3. Enjuague o aclarado de manera manual o automática con agua para retirar el agente químico aplicado.
4. Desinfección mediante un agente químico para eliminar microorganismos contaminantes.
5. Enjuague final.
6. Secado que se realiza de modo manual o mecánico, para evitar el crecimiento de microorganismos que puedan reproducirse y contaminar los alimentos elaborados en los mismos.

Me preparo para hacer la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Lapicero Lápiz
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	El lugar debe ser iluminado y ventilado, que tenga espacio para la movilización. Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de realizar el trabajo.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Semana 1



Voy a aprender.

Indicaciones	<p><i>Preparo el espacio para el desarrollo de la actividad</i></p> <p><i>Quito objetos que me puedan desviar la atención</i></p> <p><i>Realizo la actividad</i></p> <p><i>Realizo la autoevaluación.</i></p>
<p>Actividad</p> <p>Preguntas para reflexionar y responder</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Indicador del Programa "Pone en práctica el desarrollo de modelos de análisis de las imágenes artísticas y no artísticas para mejorar el trabajo realizado".</i> • <i>Aprendiendo apreciar</i> <p><i>El ser Humano pasa en una constante apreciación, desde el primer momento en que un niño abre sus ojos después de nacer, todo lo que observa es nuevo y le llama la atención, con el paso del tiempo la apreciación se convierte un poco mas selectiva, empezamos a diferenciar cosas más perceptibles (bonito – feo)tomando en cuenta que es un aspecto muy personal de cada uno, ya que para algunos algo es bonito, para otros es feo, y viceversa, también comenzamos a</i></p>

percibir las texturas con nuestra vista. Todo esto nos crea una serie de juicios, pensamientos, sentimientos, sensaciones, entre otras cosas más.

Criticar una obra de arte basada en el pensamiento inductivo-deductivo es jugar a ser detective. Se inicia seleccionando una pintura que presente secretos aportados por su estética. Se debe asumir que el artista tiene un mensaje secreto escondido en su obra. El trabajo del estudiante es encontrar el mensaje y resolver el misterio. Por lo tanto, lo perceptible (bello o feo) o lo sensible (rugoso, liso) es el primer acto de búsqueda.

Se pueden mencionar tres pasos para poder resolver los contenidos ocultos en esa obra. Estos tienen que practicarse en **orden**. Son: descripción, análisis, interpretación y juicio. Para seguir estos pasos se van contestando las siguientes preguntas:

1. -¿Qué veo o percibo? (descripción)

Se refiere a lo que puedo apreciar en la obra

2. -¿Qué es lo que el artista está tratando de decirnos? (interpretación)

Se refiere a la interpretación que el artista esta tratando de transmitir con su obra,

3. -¿Es una obra exitosa o que logra su cometido? (juicio)

Queda a criterio de cada uno

Ejemplo



Obra Tomas Povedano

Título La Paila

Fecha antes de 1943

Categoría Pintura

Tamaño altura 42 cm; Ancho 61 cm

**¿Qué veo o percibo?
(descripción)**

En la obra se ve un grupo de personas trabajando en un trapiche, están cocinando el azúcar que se extrae de la caña para hacer las tapas de dulce y sobados.

-¿Qué es lo que el artista está tratando de decirnos?(interpretación)

Es una representación de como era el trabajo en un trapiche y todas las labores que se desarrollaban.

-¿Es una obra exitosa o que logra su cometido? (juicio)

La obra cumple su objetivo de hacer una clara representación de este oficio



Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones

- *Me preparo preparó para realizar el trabajo*
- *Después de tener un espacio adecuado para el desarrollo de la actividad y los materiales listos.*
- *Voy a analizar dos pinturas de dos artistas costarricenses, primero las voy a observar y responderé conforme a lo visto*

Obra 1



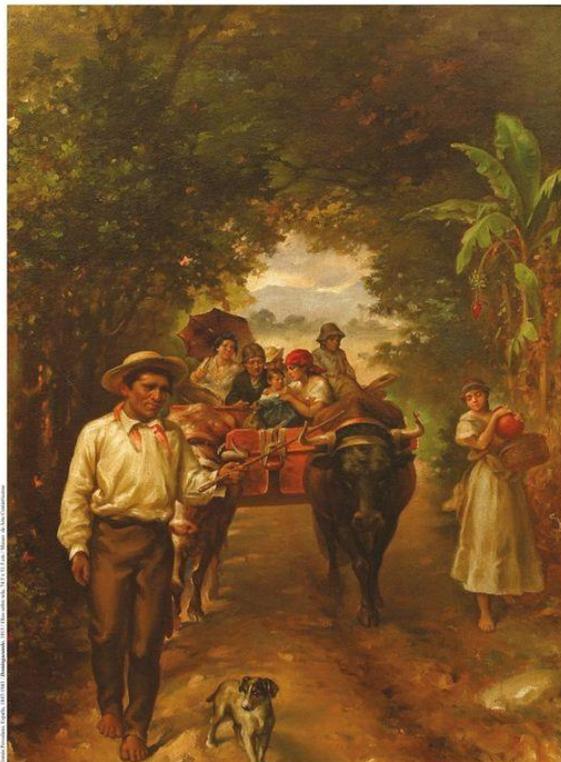
Obra Manuel De La Cruz González Luján
Título: San Miguel de Desamparados, 1975
Categoría: Pintura
Tamaño: 82 x 54 cm.

- *-¿Qué veo o percibo? (descripción)*

-
-
-
-
- -¿Qué es lo que el artista está tratando de decirnos?(interpretación)

-¿Es una obra exitosa o que logra su cometido? (juicio)

Obra 2



Obra Tomas Povedano
Título Domingueando
Categoría Pintura

	<ul style="list-style-type: none"> • -¿Qué veo o percibo? (descripción) <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> • -¿Qué es lo que el artista está tratando de decirnos? (interpretación) <hr/> <hr/> <hr/> <p>-¿Es una obra exitosa o que logra su cometido? (juicio)</p> <hr/> <hr/> <hr/>
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	<p>¿Leí las indicaciones de la actividad?</p> <p>¿El proceso realizado se realizó de manera idéntica a la manera en que se realizó en la clase o, al trabajar de manera autónoma, le introduje cambios?</p> <p>¿Qué resultados obtuve?</p> <p>¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora?</p> <p>¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?</p> <p>¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí?</p>

Me preparo para hacer la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Lapicero
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	El lugar debe ser iluminado y ventilado, que tenga espacio para la movilización.

	Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de realizar el trabajo.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Semana 2



Voy a aprender.

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicación de imágenes precolombinas y premodernas con diferentes técnicas de impresión.
Actividad	Continuación de la clase anterior
Preguntas para reflexionar y responder	<p>Deberán de buscar 2 películas y van han realizar un análisis de las mismas en cada película deberán contestar las mismas preguntas de la actividad pasada pero basada en las películas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. -¿Qué veo o percibo? (descripción) Se refiere a lo que puedo apreciar en la película 2. -¿Qué es lo que la película está tratando de decirnos?(interpretación) 3. -¿Es una película exitosa o que logra su cometido? (juicio) 4. Nombre de la película



Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Después de tener un espacio adecuado para el desarrollo de la actividad y los materiales listos.</i> • <i>Invitamos a nuestra familia a ver junto a nosotros las películas seleccionadas, se pueden ver en varios días.</i> • <i>Por cada película vamos a contestar las preguntas, recuerden poner el nombre de la película</i> • <i>Debo contestar una de las preguntas con mi familia, comento con los miembros de mi familia sobre la película y así con las ideas contesto las preguntas.</i>
--------------	--

Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse	<p>¿Leí las indicaciones de la actividad?</p> <p>¿El proceso realizado se realizó de manera idéntica a la manera en que se realizó en la clase o, al trabajar de manera autónoma, le introduje cambios?</p> <p>¿Qué resultados obtuve?</p> <p>¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora?</p> <p>¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?</p> <p>¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí?</p>
--	--

AUTOREGULACION

Este espacio es de auto reflexión del estudiante. Debe completarlo obligatoriamente	
Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo.	
Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas	
¿Leí las indicaciones con detenimiento?	Si ____ No ____
¿Subrayé las palabras que no conocía?	Si ____ No ____
¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?	Si ____ No ____
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	Si ____ No ____

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender	
Valoro lo realizado al terminar por completo el trabajo	
Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas	
¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?	Si ____ No ____
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?	Si ____

	No ____
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?	Si ____ No ____
Explico ¿cuál fue la parte favorita de mi trabajo?:	
¿Qué puedo mejorar la próxima vez que realice una Guía de Trabajo Autónomo?:	

Método inductivo y deductivo

La diferencia entre el método inductivo y deductivo radica en la dirección del **razonamiento para llegar a las conclusiones**.

Tanto el método inductivo como el deductivo son estrategias de razonamiento lógico, siendo que el inductivo utiliza premisas particulares para llegar a una conclusión general, y el deductivo usa principios generales para llegar a una conclusión específica.

Ambos métodos son importantes en la producción de conocimiento. Durante una investigación científica es posible que se utilice uno u otro, o una combinación de ambos, dependiendo del campo de estudio en el que se realice.

En la actualidad, el método utilizado en las ciencias experimentales es el llamado método hipotético-deductivo.

	Método inductivo	Método deductivo
Definición	Es una forma de razonar partiendo de una serie de observaciones particulares que permiten la producción de leyes y conclusiones generales.	Es una forma razonar y explicar la realidad partiendo de leyes o teorías generales hacia casos particulares.
Características	Se basa en la observación de hechos y fenómenos. Generaliza a partir de sus observaciones. Sus conclusiones son probables. Tiene el objetivo de generar nuevo conocimiento.	Establece conclusiones a partir de generalizaciones. En lógica, la conclusión de un razonamiento está incluida en las premisas. Es útil cuando no se pueden observar las causas de un fenómeno. Sus conclusiones son rigurosas y válidas.

	Método inductivo	Método deductivo
Dirección del razonamiento	De lo particular a lo general.	No genera por sí mismo nuevo conocimiento, ya que parte de verificar conocimiento previo. De lo general a lo particular.
Áreas del conocimiento	Era el método utilizado en las ciencias experimentales. En la actualidad es usado como parte del método científico en general.	Ciencias formales como la matemática y la lógica.

Guía de trabajo autónomo

Orientación. Prof. Dayan Villalobos Agüero.

INDICADORES DEL APRENDIZAJE ESPERADO

- Establece las diversas dimensiones que conforman su auto concepto.



1. Me preparo para resolver la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar.

- Guía de trabajo Autónoma
- Lápiz, Lapicero
- Cuaderno.
- Hojas blancas.
- Celular u Computadora.

Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar.

- Puede realizarse en la comodidad de un sillón, mesa de la casa con su respectiva silla.
- Preferiblemente que tenga una iluminación adecuada, para no forzar la vista.

Tiempo en que se espera que realice la guía.

- *80 min (2 Lecciones)*



2. Voy a recordar lo aprendido y/o aprender

Indicaciones

Lea detenidamente la información que se le presenta a continuación.

Actividades

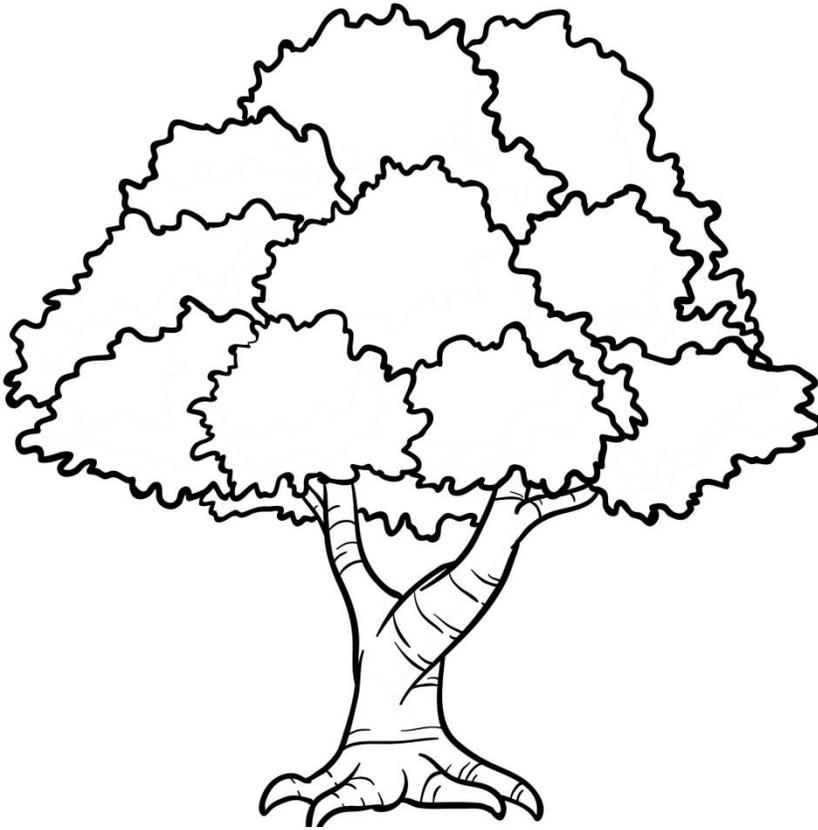
A lo largo de los últimos meses hemos estado trabajando en la importancia del **autoconcepto**. Este se refería a la apreciación que hacemos de nosotros y nosotras mismas. Estas percepciones se conforman de las experiencias y atribuciones que hacemos también de nuestra conducta así como del concepto que tenemos de nuestro ser físico, social y espiritual.

Árbol de Cualidades.

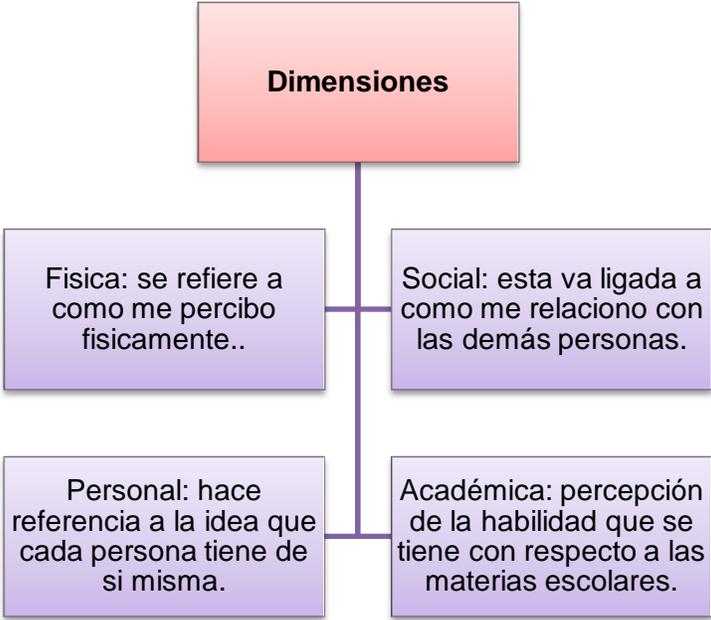
Los árboles reflejan sabiduría, nos brindan sombra y oxígeno. Son muy importantes en nuestro ecosistema. Existe una frase que dice así: “Al que buen árbol se arrima buena sombra le cobija.” Es por eso que a continuación te presento la silueta de un árbol, Visualízate como ese árbol, piensa en las cualidades que tienes, tus formas de actuar ante las situaciones diarias.

Anota las siguientes características.

1. En las hojas anota todas tus cualidades, aquellas que te hacen sobresalir y ser la persona que eres.
 2. En las raíces anota todas los valores que consideras son parte importante de tu forma de ser.
 3. En el tronco anota todas esas personas que consideras con trascendentales y muy importantes para tu vida.
-



El **autoconcepto** se conforma además de varias dimensiones, te las menciono a continuación:





3. Pongo en práctica lo aprendido.

Indicaciones

Realice las actividades que se le presentan a continuación.

Actividades

Mi nombre, mis virtudes.

Todos y todas tenemos un sinnúmero de virtudes que nos hacen especiales y únicos. Muchas veces nos resulta más fácil verlas en otras personas, es por eso que hoy te reto a valorar y apreciar todas las bellas cualidades que tienes.

En esta actividad deberás de anotar tu nombre verticalmente, y por cada letra deberás de anotar una virtud que posees que inicia con la letra correspondiente.

Ejemplo

D
AGRADECIDA
Y
A
N

Debes de hacer lo mismo pero con tu nombre.

Recuerda eres muy valioso/a y tus cualidades te hacen ser quien eres.

Actividades

Mi Diario positivo.

Los diarios comúnmente se utilizan para escribir las situaciones que se viven día a día.

Pero a continuación te muestro un diario muy distinto, sé que estás ocupado/a con la carga académica pero te pido que durante una semana completes por día tres preguntas.

Lunes	Algo que he hecho bien hoy...	
	Hoy me he divertido cuando...	
	Me siento orgulloso cuando...	
Martes	Hoy he logrado...	
	Mi experiencia positiva del día ha sido...	
	He hecho algo bueno para alguien cuando...	
Miércoles	Me sentí bien conmigo mismo cuando...	
	He ayudado a...	
	Ha sido un día interesante porque...	
Jueves	Me sentí contento cuando...	
	Me salió genial...	
	Me he atrevido a...	
Viernes	Me salió genial...	
	Me lo he pasado bien cuando...	
	He conseguido...	
Sábado	Me sentí bien conmigo mismo cuando...	
	He ayudado a...	
	Mi experiencia positiva del día ha sido...	
Domingo	Hoy he logrado...	
	Me lo he pasado bien cuando...	
	Ha sido un día interesante porque...	

A pesar de lo difícil que ha sido, has salido adelante y te has esforzado mucho, no desistas sigue esforzándote por cumplir la meta que te planteaste a inicio de año. Cuídate mucho, nos veremos pronto.

Prof. Dayan Villalobos Agüero

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender: Autorregulación		
<p>Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo. Marco una equis (X) encima del símbolo que mejor represente mi respuesta a las siguientes preguntas</p>		
¿Leí las indicaciones con detenimiento?		
¿Subrayé las palabras que no conocía?		
¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?		
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?		

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender: Evaluación		
<p>Valoro lo realizado al terminar por completo el trabajo. Marco una equis (X) encima del símbolo que mejor represente mi respuesta a las siguientes preguntas</p>		
¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?		
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado se realizó?		
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?		

Guía de trabajo autónomo No.5
Repaso de las GTA 1, 2, 3, y 4 de Informática Educativa

Educador/a: Yahaira Gamboa Villalobos

Niveles: 7, 8, 9, 10, 11 y 12.



1. Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar antes de iniciar mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	El educador/a sugiere: - Lápiz o lapicero. - Las GTA 1, 2, 3 y 4.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Espacio limpio y desinfectado (sala de la casa, corredor) de aproximadamente 2 metros cuadrados y preferiblemente ventilado
Tiempo en que se espera que realice la guía	Acorde a la recomendación de la Organización Mundial de la Salud (60 minutos diarios).



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Esta guía tiene como objetivo evaluar parte teórica del curso de informática que se ha visto en estos últimos meses con las Guías de Trabajo Autónomo 1, 2, 3 y 4. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Normas del laboratorio de informática ▪ Historia de la computadora ▪ Partes de la computadora (función y división entre dispositivo de entrada o de salida) ▪ Encender y apagar correctamente una computadora ▪ Partes de la computadora
Actividad Preguntas para reflexionar y responder	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Cómo podemos mantener ordenado y en buen estado un laboratorio? ▪ ¿Cuál es la importancia de tener presente y cumplir las normas de del laboratorio de informática? ▪ ¿Cómo nos ayuda o benefician las computadoras en nuestra vida cotidiana? ▪ ¿Cómo sería su vida sin celulares, tabletas ni computadoras? ▪ ¿Conoces todas las partes que conforman una computadora y la funcionalidad de ellas? ▪ ¿Reconoces cuáles dispositivos de la computadora son de entrada y cuáles son de salida? ▪ ¿Recuerdas la forma correcta de encender una computadora?



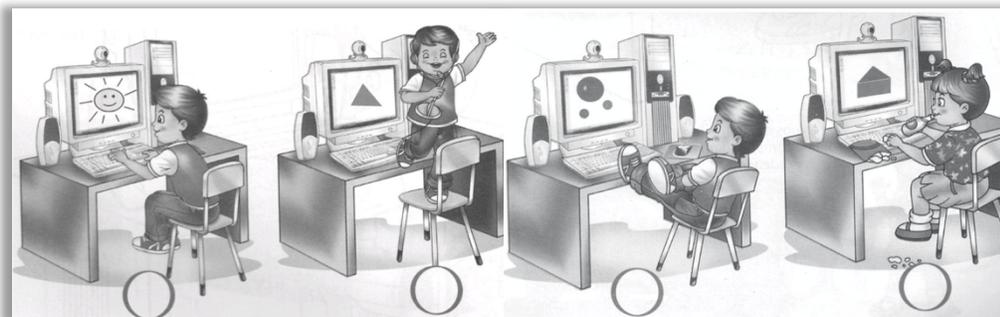
3. Pongo en práctica lo aprendido en clase.

Indicaciones

I Parte. Normas para el cuidado del laboratorio de informática

Con ayuda de la **GTA No. 1** y la de sus padres, responda a las siguientes preguntas.

1. Coloca un check (✓) en las acciones correctas y una equis (X) en todas aquellas acciones que son incorrectas dentro del laboratorio de informática.



2. Encierre en un círculo cuáles de las acciones que muestran las siguientes imágenes no se deben hacer dentro del laboratorio de informática.

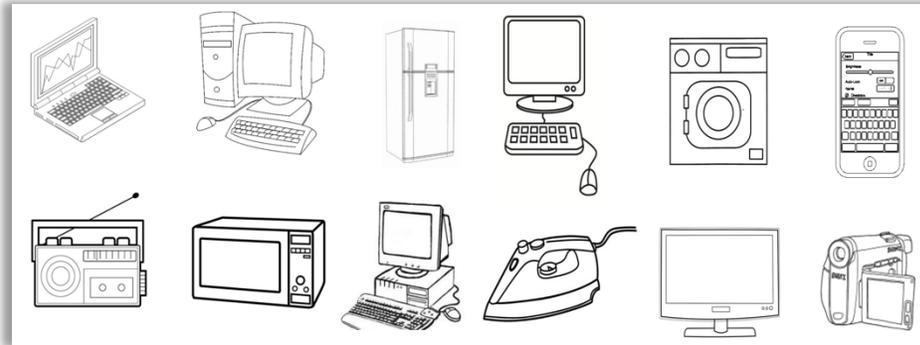


II Parte. Historia del computador

Con ayuda de la **GTA No. 1** y la de sus padres, responda a las siguientes preguntas.

1. Marque con una equis (x) cuál fue el primer instrumento que utilizaron nuestros antepasados para realizar cálculos.
 - () El ábaco
 - () La computadora
 - () El celular
2. Marque con una equis (x) qué tamaño tenían las primeras computadoras.
 - () Como una plaza de fútbol
 - () Como un cuarto
 - () Como una caja de leche

3. Colorea todas las máquinas que son computadoras.



4. Encierre en un círculo en qué lugares se usan las computadoras.



Bancos



Campo



Laboratorios



Supermercado

5. Anote ¿En qué otros lugares se usan las computadoras?

6. Marque con una equis (X) cuáles profesionales **NO usan** las computadoras dentro de sus funciones

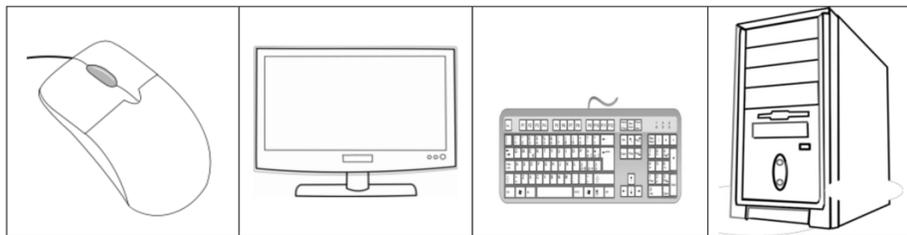
- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Secretarías | <input type="checkbox"/> Estudiantes |
| <input type="checkbox"/> Profesores | <input type="checkbox"/> Doctores |
| <input type="checkbox"/> Contadores | <input type="checkbox"/> Albañiles |
| <input type="checkbox"/> Agricultores | <input type="checkbox"/> Ingenieros |

7. Ahora, anote todas las acciones que usted conoce que podemos hacer con las computadoras.

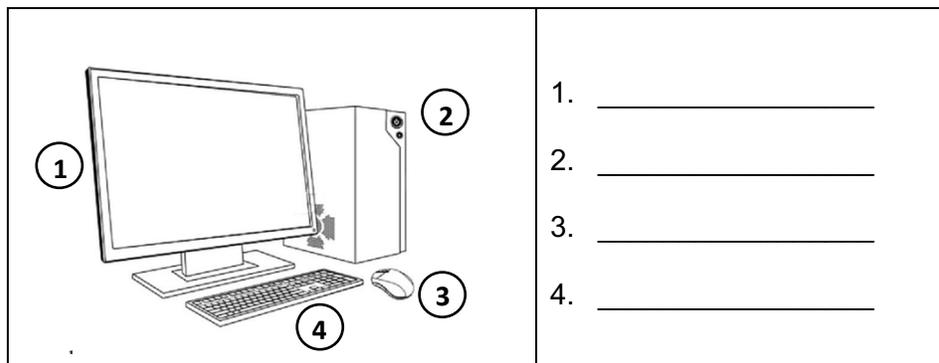
III Parte. Pates de la computadora

Con ayuda de la **GTA No. 2** y la de sus padres, responda a las siguientes preguntas.

1. Observe las siguientes imágenes y encierre de color **rojo** el *mouse* o ratón y de color **azul** el monitor o pantalla de la computadora.



2. Escriba en la columna de la derecha las partes de la computadora que se indican en la columna de la izquierda.



3. Marque con una equis (x) cuál es la función del **CPU**.
 - () Funciona para escribir
 - () Es el cerebro de la computadora
 - () Permite escuchar audio

4. Encierre en un circulo el teclado.



5. Marque con una equis (x) para qué nos funciona el ratón o mouse.
 - () Para escuchar música
 - () Para encender la computadora
 - () Para moverse y seleccionar cosas en la pantalla de la computadora

IV Parte. Partes de la computadora, dispositivos de entrada y salida

Con ayuda de la **GTA No. 3** y la de sus padres, responda a las siguientes preguntas.

1. Marque con una equis (X) para qué sirven los **dispositivos de entrada**.

- () Para leer un documento
- () Para ingresar información en la computadora
- () Para imprimir un documento

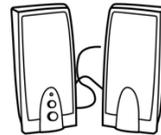
2. Encierre en un cirulo o colorea todos los **dispositivos de entrada**.



Llave maya



Ratón o *Mouse*



Parlantes



Micrófono



Impresora



Audífonos



Teclado



Cámara Web

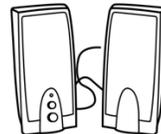
3. Ahora encierre en un cirulo o colorea todos los **dispositivos de salida**.



Llave maya



Ratón o *Mouse*



Parlantes



Micrófono



Impresora



Audífonos



Teclado



Cámara Web

4. Seleccione de la siguiente lista con una equis (X) para qué sirven los **dispositivos de salida**.
- () Para leer un documento
 - () Para escuchar música
 - () Para extraer o sacar información en la computadora
5. En la siguiente tabla clasifique con una equis (X) cada dispositivo en la casilla **entrada o de salida** según corresponda, en el caso de los que son tanto de entrada como salida debe marcar ambas casillas

DISPOSITIVOS DE ENTRADA Y SALIDA		
Dispositivo	Entrada	Salida
El Teclado		
El Ratón o <i>Mouse</i>		
La Impresora		
El Monitor		
El Escáner		
Los Parlantes		
El Micrófono		
La Cámara		
Llave Maya		
Los Audífonos		
Disco duro		

V Parte. Encender o apagar una computadora.

Con ayuda de la **GTA No. 3** y la de sus padres, responda a las siguientes preguntas.

1. Marque con una equis (X) cómo nos damos cuenta si la computadora ya esta **apagada**.
- () Si los botones de Encendido/Apagado tienen las luces apagados.
 - () Si los botones de Encendido/Apagado tienen las luces encendidos.
 - () Si el monitor esta encendido.

El **trabajo autónomo** es la capacidad de realizar tareas por nosotros mismos, sin necesidad de que nuestros/as docentes estén presentes.

Centro Educativo/ **School Name:** Liceo Boca de Arenal
 Educador/a **Teacher:** Juanita Godínez C
 Nivel **Level:** 11-4
 Asignatura/ **Subject:** English



1. Getting ready to do my self-study guide

Aspects to verify before I start working:

Materiales o recursos que voy a necesitar/ Materials needed	<i>Suggested materials:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Notebook, pencil, pen, eraser, highlighters, etc. • Self- study guide • If not internet access, see the transcript at the end of this study-guide to complete
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar/ Conditions of the place to work	<ul style="list-style-type: none"> • Work in a silence spot • Ask a relative or friend help to practice your English • Work in a place where you do your assignments and homework daily.
Tiempo en que se espera que realice la guía/ Expected time to work this self-study guide	<ul style="list-style-type: none"> • Work during two weeks • You will work in the skill (<i>listening, reading, writing, speaking</i>)

Indicaciones / Instructions	Dear student, The following tasks will help you to reinforce information about the scenario GETTING BACK TO NATURE . You will have an opportunity to work on your pronunciation, as well.
Actividad / Activity Preguntas para reflexionar y responder Questions to reflect on and answer	Questions <ol style="list-style-type: none"> 1. How many volcanos does Costa Rica have? ¿Cuántos volcanes tiene Costa Rica? 2. Mention three rivers in Costa Rica. Mencione tres ríos in Costa Rica. 3. What is the biggest volcano in the World? ¿Cuál es el más volcán más grande del mundo?



4. **Mention 3 famous places you like to visit.** Menciones 3 lugares famosos que a usted le gustaría vivir.

Voy a recordar lo aprendido en clase. **Recalling what I learned in class.**



Pongo en práctica lo aprendido en clase / **Putting into practice what I learned in class.**

Skills Listening	Instrucciones / Instruction
	<p data-bbox="428 827 1430 898">Let's know about living things and non living things/ Conozcamos acerca de las cosas vivientes y cosas no vivientes</p> <p data-bbox="431 972 1425 1010">Living and nonliving things /Cosas vivientes y cosas no vivientes</p> <p data-bbox="391 1119 1187 1157">All living things must get energy from their environment</p> <ul data-bbox="440 1157 1057 1304" style="list-style-type: none"> ✓ Show movement ✓ Breathe ✓ Grow ✓ React to the environment and reproduce <p data-bbox="391 1339 946 1377">Examples: humans, plants and animals</p>  <p data-bbox="391 1560 651 1598">Non-living things</p> <p data-bbox="391 1633 711 1780">Don't need energy Don't show movement Don't breath Don't reproduce.</p> <p data-bbox="391 1816 1019 1854">Example: objects, chair, tables, houses, cars</p> 



Todas las cosas **vivientes** obtienen energía de su alrededor.

- Se mueven
- Respiran
- Crecen
- actúan de acuerdo al ambiente
- se reproducen.

Ejemplo:

Plantas, humanos, animales, etc.



Las cosas **no vivientes** no requieren de energía

- No se mueven
- No respiran
- No crecen
- No se reproducen

Ejemplo: objetos, sillas, mesas, casas, carros,

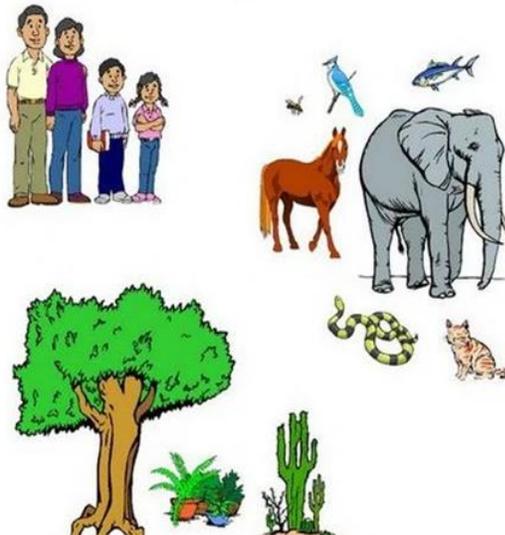


See the video about living and non living things/ Vea el siguiente video acerca de cosas vivientes y cosas no vivientes.

<https://www.youtube.com/watch?v=BEz7RPvQCAI>

Si no puede ver el video observe los siguientes ejemplos:

living



non-living





Goal

L.2. recognize some isolated vocabulary terms and main idea in oral advertisement s or conversations

Assessment Strategies

L.2. recognizes some isolated vocabulary, terms, and main ideas from specific subject area

TASK 1

See the video again and write living and non-living things according to the video (vea el video de nuevo y escribe cosas vivientes y cosas no vivientes en el siguiente cuadro.) **si no pudo ver el video complete el cuadro usando el nombre de las imágenes anteriores.**

<https://www.youtube.com/watch?v=BEz7RPvQCAI>

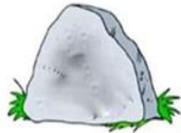
Living things	Non-living things



Task 2. Instrucciones: Clasifique en vivientes y no vivientes.
Vea las imágenes. **Encierre en un círculo las cosas vivientes y marque con una equis las cosas no vivientes.**

Classifying Living & Nonliving

Directions: Look at the pictures below. Circle the things that are living. Cross out the things that are not living.





Task 3 Cut out and paste the imagen to corresponds. (Corte y pegue las imágenes donde corresponde).

Living Things			Non-Living Things		
					
					
					



Skills Reading	Instrucciones / Instruction																																												
Goal R.2. identify key words related to nature in texts. Assessment Strategies R.2. identifies key words related to nature in texts.	<p>TASK 4 look the annex 1. It is about nature, insects and animals. Then, Classify the following item according the category they belong. Draw a X in the correct box. Vea el anexo 1 acerca de naturaleza, insectos y animales después clasifique los siguientes de acuerdo a la categoría que corresponda. Escriba una equis en el espacio que corresponda.</p> <table border="1" data-bbox="391 562 1442 1184"> <thead> <tr> <th></th> <th>ANIMALS</th> <th>INSECT</th> <th>NATURE</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Spider</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Monkey</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Volcano</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Ocean</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Ladybug</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Parrot</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Reef</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Flea</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Horse</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Lake</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>Monteverde Reserve (Reserva Monteverde) Monteverde is a small settlement located in Puntarenas, Costa Rica. The surrounding region is a major ecotourism destination and hosts several reserves including the famous Monteverde Cloud Forest Reserve. The latter has been labeled by the National Geographic as the "the jewel in the crown of cloud forest reserves." A large number of tourists and naturalists visit the site each year. The reserve was established in 1972 and occupies an area of more than 10,500 hectares of cloud forest, covering 6 ecological zones. Over 2,500 species of plants, 100 species of mammals, 400 bird species, 120 amphibian and reptilian species, and <u>thousands</u> of species of insects are found in the Monteverde Cloud Forest Reserve.</p> 		ANIMALS	INSECT	NATURE	Spider				Monkey				Volcano				Ocean				Ladybug				Parrot				Reef				Flea				Horse				Lake			
	ANIMALS	INSECT	NATURE																																										
Spider																																													
Monkey																																													
Volcano																																													
Ocean																																													
Ladybug																																													
Parrot																																													
Reef																																													
Flea																																													
Horse																																													
Lake																																													



TASK 4
UNKNOWN WORDS

De acuerdo al texto anterior escriba palabras desconocidas para usted y tradúzcalas

Unknown Word/ palabras desconocidas	Translation/ traducción
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

TASK 5

According to the Reading Monteverde Reserve responds the following questions

1. **In which province Tortugero is located?** ¿En cuál provincial se encuentra Tortugero? _____
2. Complete with the information missing. Complete con la información que falta de acuerdo a la lectura anterior.
 1. There are _____ plants. (Plantas)
 2. There are _____ Mammals. (mamíferos)
 3. There are _____ Birds. (pájaros)
 4. .There are _____ Insects. (insectos)
3. How is the weather in Tortugero? ¿Cómo es el clima en Tortugero?

Skills Written **Instrucciones / Instruction**

Goal **TASK 6**



W.1. complete gapped sentences using a word list of familiar words.

Assessment Strategies

W.1. completes gapped sentences using a word list of familiar words

Translate the following verbs from ENGLISH to SPANISH

ENGLISH	SPANISH
Cook	
SPEAK	
EAT	
BUY	
DRINK	
WEAR	
VISIT	
REMEMBER	
SWIM	
PLAY	

TASK 7

Use the verbs to complete the statements. Use los siguientes verbos para completar las oraciones. Apply the use simple present

Cook/ cocinar	Eat/ comer	Drink/ beber	Visit/ visitar	Swim/ nadar
Speak/ hablar	Buy/ comprar	Wear/ usar	Remember/ recordar	Play/jugar

- Marcos _____ France next year (Francia el próximo año).
- He _____ Italian food (Comida italiana)
- We _____ an orange juice (jugo de naranja)
- You _____ chicken. (pollo)
- She _____ in the swimming pool. (en la piscina)
- I _____ English with friends. (inglés con los amigos)
- They _____ a lot souvenirs (muchos recuerdos)
- Anna _____ a sweater. (sueter)
- Kevin _____ amazing things (cosas asombrosas)
- You _____ soccer. (football)



Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender/
With the self-study guide, I'm going to learn how to learn.

Reviso las acciones realizadas **durante** la construcción del trabajo. /
I check the actions carried out while completing the self-study guide

Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas/
Mark with an X on the icon that answers the following questions.

¿Leí las indicaciones con detenimiento?
Did I read the instructions carefully?



¿Subrayé las palabras que no conocía?
Did I underline the words that I didn't understand?



¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?
Did I use the dictionary or asked a relative about the meaning of the words that I didn't understand?



¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?
Did I read the instructions again when I didn't understand what I had to do?



Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender/
With the self-study guide, I'm going to learn how to learn.

Valoro lo realizado **al terminar** por completo el trabajo.
I self-assess what I did when I finish the study guide.

Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas
Mark with an X on the icon that answers the following questions.

¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?
I proofread what I did in my self-study guide.



¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?
I checked my self-study guide to make sure that everything is complete.



¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?
I feel satisfied with the work I did.



Explico ¿Cuál fue la parte favorita del trabajo?
What was the favorite part of this work?

¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?
What can I improve the next time I work on the self study guide?



THE NATURE

Archipelago



Coast



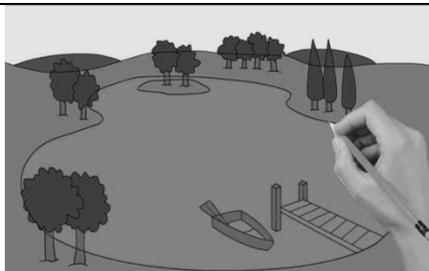
Desert



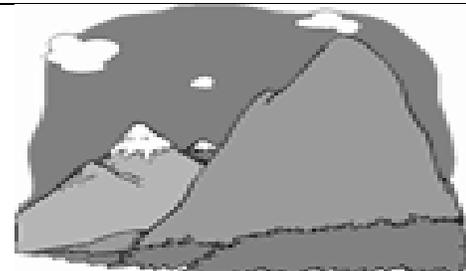
Island



Lake



Mountain



Rain forest



Reef



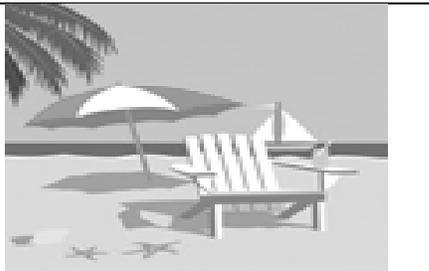
River



Waterfalls



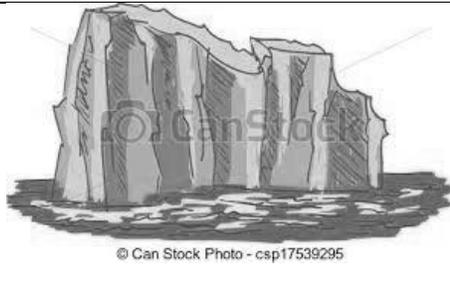
Beach



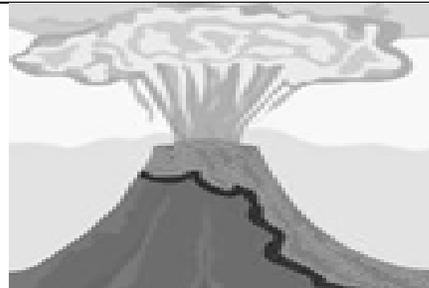
Hot spring



Glacier



Volcano

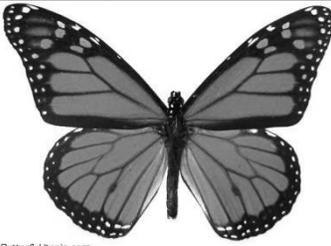
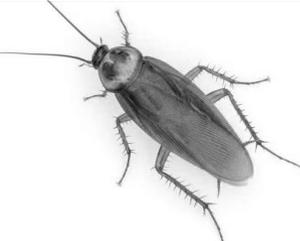
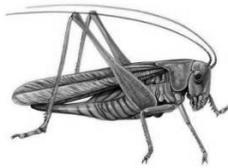


Ocean

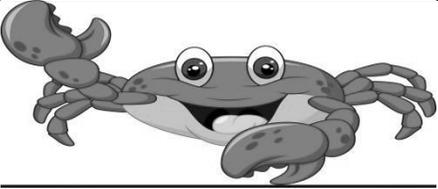




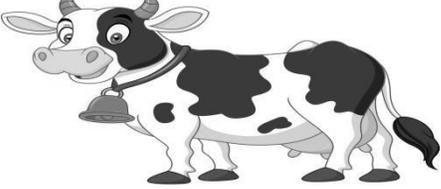
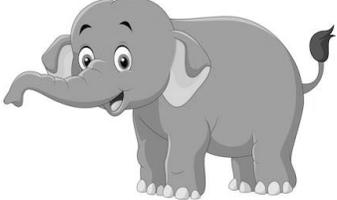
Insects

Spider 	Butterfly  <small>ButterflyUtopia.com</small>	Fly 
Ladybug  <small>shutterstock.com • 677217934</small>	Worm  <small>shutterstock.com • 192622178</small>	Flea 
Cockroach 	Cricket 	Bee 

ANIMAL

Whale 	Dolphin 	Crab 
Seahorse 	Aligator 	Shark 
Turtle 	Parrot 	Goose 



		
Bear	Cow	Elephant
		
Lion	Horse	Rabbit
		
Monkey	Squirrel	Jaguar
		

WH QUESTION

What	Que	Who	Quien	How much	Cuanto
Where	Donde	Why	Porque	How big	Que tan grande
When	Cuando	How	Como	How long	Cuanta distancia
Which	Cual	How many	Cuanto		

Guía de trabajo autónomo # 5

MATEMÁTICAS. Prof. Leonela María Quirós Rojas

1. Me preparo para hacer la guía. Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Material impreso enviado por mi docente, el cuaderno que utilizo en el colegio en cada materia, borrador, regla, lápiz o lápices de color, revista o periódicos, cartulina o hojas blancas. Puedo usar una computadora portátil o teléfono celular si tengo acceso al recurso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Un espacio con iluminación aceptable, el cual está libre de ruido y puedo concentrarme en las tareas.
Tiempo en que se espera que realice la guía	Aproximadamente 40 minutos por semana.

2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	Lea con detenimiento cada instrucción.
Actividad	Si cuento con internet observo los siguientes videos: https://www.youtube.com/watch?v=XT6xnXI83NI

3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	Se les envía material proyectado para trabajar dos semanas: <ol style="list-style-type: none">Semana 1Semana2 Al finalizar cada trabajo asignado si gusta puede enviar una fotografía a la docente, si tiene consultas acerca de los trabajos enviados la docente está a disposición de responder y aclarar dudas al WhatsApp 87714071.
---------------------	---

Actividad:
Semana 1:

Expresiones Mixtas:

Una expresión mixta está compuesta por un número entero y una fracción.
Las expresiones mixtas se pueden indicar como fracciones impropias:

$-9\frac{1}{2}$ ←

Se debe multiplicar el número entero por el denominador y a ese resultado se le suma el numerador, el denominador se conserva:

Ejemplo:

Numero entero

denominador

$9 \cdot 2 = 18$

Resultado

numerador

$18 + 1 = 19$

resultado

Denominador
conservado

La fracción resulta seria- $\frac{19}{2}$

Ejemplos:

$-6\frac{1}{3} = 6 \cdot 3 = 18 + 1 = 19 \Rightarrow -\frac{19}{3}$

$5\frac{2}{3} = 5 \cdot 3 = 15 + 2 = 17 \Rightarrow \frac{17}{3}$

No olvido:

1. Multiplicamos número entero por denominador
2. Sumamos resultado con numerador.
3. Mantenemos símbolo sea negativo o positivo
4. Resultado y conservo denominador

Resuelva:

$-2\frac{1}{5} =$

$4\frac{3}{7} =$

$6\frac{3}{4} =$

$-8\frac{2}{3} =$

Actividad:
Semana2:

Determino las fracciones impropias correspondientes:

$$26\frac{1}{4}$$

$$5\frac{3}{5}$$

$$-2\frac{6}{7}$$

$$2\frac{6}{7}$$

$$-9\frac{8}{77}$$

$$16\frac{1}{4}$$

Encierra en un círculo si el resultado es verdadero:

$$9\frac{1}{2} = \boxed{\frac{19}{2}}$$

$$8\frac{3}{4} = \boxed{\frac{35}{4}}$$

$$4\frac{1}{8} = \boxed{\frac{33}{8}}$$

$$3\frac{5}{6} = \boxed{\frac{23}{6}}$$

$$2\frac{3}{5} = \boxed{\frac{13}{5}}$$

$$5\frac{1}{3} = \boxed{\frac{16}{3}}$$

Evaluación GTA # 5:

Esta evaluación será llenada por el docente a cargo (Leonela Quirós), en el momento que el estudiante devuelva las guías completadas. Por favor no llenar.

Indicaciones: la docente colorea según el aprendizaje del estudiante.

Rojo= Inicial **Amarillo**=Intermedio **Verde**=Avanzado

Se debe colorear **solamente un círculo**, según el aprendizaje del estudiante.

Tema: Características de los animales

Indicador: Comprende las representaciones distintas de un mismo número racional.

